પુસ્તિકાંક ૫
નવપરિણિત યુવક અને યુવતીને ભેટ.

દંપતીજીવન દિપિકા

પ્રકાશક:
સ્તંભતીર્થ જૈન મંડળ,
મુંબાઈ.

કિં. રૂ. ૦-૩-૦.
યોજક: મો૦ હી૦ ચોકશી.

નવ પરિણિત યુવક અને યુવતીને ભેટ.

દંપતીજીવન દિપિકા.

પ્રથમ આવૃત્તિ.

પ્રત ૧૦૦૦ કિં. રૂ. ૦-૨-૦

શેઠ મોહનલાલ ડી. ચોકસી.

પ્રકાશક:
શ્રી સ્તંભતીર્થ જૈન મંડળ
વોરાનો જુનો માળો,
ચોથે દાદરે, તાંબાકાંટો;
મુંબાઇ. નં. ૩

મુદ્રક: પુરૂષોત્તમદાસ શંકરદાસ.
મુદ્રણસ્થાન: ઉત્કૃષ્ટ મુદ્રણાલય,
ફર્નાન્ડીઝ બ્રીજ, રીચીરોડ,
અમદાવાદ.

પ્રસ્તાવના.

પુસ્તિકા અને તેને અંગે લેખકના બે બોલ સાદ્યંત વાંચ્યા અને વિચાર્યા પછી મને લાગ્યું કે તેટલા માત્રથી પુસ્તકનો હેતુ સરે એમ નથી. તેનાં કારણો છે. પુસ્તિકા મુખ્યતઃ અર્ધાંગનાને ઉદ્દેશી લખાઇ છે અને બાકીના અર્ધાગનો વિચાર ગૌણ રીતે થયો છે એમ મને લાગ્યું છે. તે અર્ધાંગનો વિચાર પણ ગૌણ નહિ પણ, મુખ્ય રીતે કરવામાં આવે તોજ દંપતી જીવનનો વિચાર કર્યો કહી શકાય; તેથી આંતપ્રેરણાએ તે બાકી રહેતા અર્ધાંગની પૂર્તિ પ્રસ્તાવના દ્વારા કર-કરવાનું કાર્ય હુંજ ઉપાડી લઉંછું.

જેઓ બાલ્ય અને યૌવન ઉઘાડી આંખે ગાળે છે તેઓ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકે એમ છે કે આપણા જીવનની ગૂંચો ક્યાં અને કેવી રીતે રહેલી છે અને તે ઉકેલવાનું કાર્ય સરળ છે કે મુશ્કેલ; આમ હોવાથી આ વસ્તુ લખવામાં આપણા પૂર્વ ઇતિહાસની છાયા તેમાં ગૂથાંઇ ગયા વિના ભાગ્યેજ રહી શકે.

સમગ્ર મનુષ્યનો વિચાર કરવાનો હોવાથી શરૂઆત બાલ્યકાળથી કરવાને બદલે યૌવનકાળથી કરવાનું કારણ એ છે કે દંપતી જીવ-નની પ્રાથમિક શરૂઆત કયે પ્રકારે થાય છે તે સ્પષ્ટ કરવી, પછી તેના પરિપક્વ ફળ રૂપે બાલ્યકાળની ગૂંથણી પણ કરવામાં આવશે.

ગમે તે મનુષ્ય પોતાના અંતઃકરણ પર હાથ મૂકી પોતાને પ્રમાણિક-પણે પૂછે કે પોતાને બાલલગ્નથી ફાયદો થયો છે કે નુકશાન તો તે જરૂર આંતપ્રેંરણા દ્વારા કહેશે કે તે પાપ અમે કર્યાં અને પરિણામે અમે પસ્તા યાં છીયે. આવો સામાન્યતઃ અનુભવ સર્વને હોવા છતાં, આપણે આપણા પાપનો પસ્તાવો કરવા છતાં પણ, તેજ પાપ કરવાનો અને પસ્તાવાનો અવસર આપણા બાળકોને પણ આપણે આપીયે છીયે. તેનું કારણ શું ? ‘વહુ સાસુ થતાં વહુ તરીકેનો અનુભવ ભૂલે’ તેમ ‘યુવક વૃદ્ધ થતાં પોતાની ભૂલ અને પસ્તાવાને ભૂલે છે એમ નહિ,

શાસ્ત્રને પણ તે સાથે તે ભૂલે છે. શાસ્ત્રમાં તો શ્રીમાન્ અભયદેવસૂરિ પણ લખે છે કે 'યૌવન વય એજ માત્ર લગ્ન અર્થે યોગ્ય વય છે.' અને તે યૌવન વયની વ્યાખ્યા કરતાં ટીકામાં તેઓશ્રીજ લખે છે 'જ્યારે મનુષ્યનાં અંગ, ઉપાંગ, ઇન્દ્રિયો, બુદ્ધિ, મન અને શક્તિ આદિનો સંપૂર્ણ વિકાસ થયો હોય;' અર્થાત્ જ્યારે ઇન્દ્રિયો આદિ સંપૂર્ણ ખીલ્યાં હોય અને તે દરેક પોતપોતાના વિષયનું યથોચિત જ્ઞાન મેળવી શકતાં હોય ત્યારે. આમ હોય તો પછી યૌવન વય કયી તેજ લગ્ન માટે શોધવાનું રહ્યું.

બાળક અને બાળિકાને સામાન્યતઃ આઠ વર્ષનો બાલ્યકાળ હોય છે. ત્યાર પછી તે દરેકનાં અંગોપાંગ, મન, શક્તિ, ઇન્દ્રિયો અને બુદ્ધિ આદિનો વિકાસ શરૂ થાય છે જે લગભગ અઢાર વર્ષ સુધી બાળકને અને સોળ વર્ષ સુધી બાળિકાને ચાલુ રહે છે; તે કાળ તેઓનો કૌમારકાળ છે, આ દરમિયાન તેઓ કુમાર અને કુમારિકા રહેવા અને ગણાવા જોઇએ. ત્યાર પછી પચીસ વર્ષસુધીની અવસ્થા તે યુવાવસ્થા છે જ્યારે તેઓ યુવક અને યુવતી ગણાય છે; પછી અનુક્રમે પચીસથી ચાલીશ વર્ષ સુધીની ગૃહસ્થ અને પચાસ વર્ષ સુધીની પ્રૌઢાવસ્થા છે. ત્યાર બાદ વૃદ્ધાવસ્થા આવે છે. આમ જોતાં મનુષ્યજીવનમાં બાળક અને બાળિકા, કુમાર અને કુમારિકા; યુવક અને યુવતી; ગૃહસ્થ અને ગૃહિણી; પ્રૌઢ અને પ્રૌઢા તેમજ વૃદ્ધ અને વૃદ્ધા એ નર અને નારીની છ જુદી જુદી અવસ્થાઓ છે. કુદરતનું ભાન તેમજ અનુભવ પૂર્વપુરૂષોએ કર્યા અને આપણને બોધ પાડ્યા; તેમાં મનમોજીપણે જ્યારે આપણે ડહાપણ ડહોળીયે છીયે ત્યારે તેના વિપરીત પરિણામો પણ આપણે અનુભવીયે છીયે તેમજ અનુભવાવીએ છીયે. આપણે તો તે ભોગવ્યાં અને ભોગવાવ્યાં; પરન્તુ, આપણી પ્રજાને–બાળક અને બાળિકાઓ, કુમાર અને કુમારિકાઓ, યુવક અને યુવતીઓને તેજ પરિણામો ન અનુભવવાં પડે તેમ કાંઇ કરીશું ખરા ? જ્ઞાતિના આગેવાનો ! માત્ર જમવામાંજ બલિહારી

નથી. આવા પરિણામોથી આવતી પ્રજાને બચાવી લઇ રક્ષા કરવી તેમાંજ તમારો ધર્મ રહેલો છે; કારણકે પડતાને બચાવી રક્ષવો એજ ધર્મ. જ્ઞાતિઓ આ પ્રશ્નો દૂર મેલશે તો તેને અડકનાર કોણ છે ? અને રાજ્ય જ્યારે આવા પ્રશ્નો હાથમાં લેશે ત્યારે તમારાં અસ્તિત્વ કયાં કારણોએ ટકી રહેશે ?

સ્ત્રી રજસ્વાળા થાય એટલે તે પતિ સાથે સંબંધ કરવાને યોગ્ય બને છે એમ પણ નથી; આતો તેના અંગોના વિકાસ શરૂ થયાની નિશાની માત્ર છે. સાત્વિક આહાર કરનાર અને યોગ્ય આચાર વિચાર પાળનાર સ્ત્રીને પંદર વર્ષ પહેલાં રજોધર્મ સ્પર્શી પણ શકતો નથી; પરન્તુ અત્યારે તો આપણા રાજસિક અને તામસિક ખોરાકોએ, અયોગ્ય અને સ્વચ્છંદી વાંચનોએ તેને વ્હેલો આગળ લાવી મૂકયો છે. રજસ્વાળા ધર્મ પ્રાપ્ત કર્યા બાદ બે ત્રણ વર્ષે સ્ત્રીને પુરૂષ સાથે સંબંધ થાય તો તે ઇચ્છનીય હોઇ શકે; કારણ કે તે દરમિયાનજ તેના અણુવિકસિત અંગોનો વિકાસ તેનાથી સાધી શકાય છે.

યુવક અને યુવતી દંપતી બને તે પહેલાં તેઓએ પોતાની ફરજો સમજી લેવાની જરૂર છે. સમાજમાં તેઓની પ્રતિષ્ઠા કેવી અને કેટલી છે; પોતે સમાજને કયે પ્રકારે ભવિષ્યમાં દોરી શકશે કે પોતે સમાજના હાથનું રમકડું બનશે વગેરે વિચારો તેમણે કરવાના છે. દંપતી જીવનની શુદ્ધતા સામાજિક વાતાવરણ પર અવલંબે છે; તેમાં રહેલા દોષોને છુપાવવાને બદલે તેનું જ્ઞાન-ભાન સમાજને કરાવવું, તેમાં સુંદરતા રહી હોય તો તેનું પાન સમાજને કરાવવું તે દંપતીજીવનની એક લ્હાણ છે. યુવક અને યુવતી એ સમાજના સેવાભાવી તનમનાટ ભર્યા અંગો છે, તેઓએ એ સમજવું જરૂરનું છે કે તેઓનો એ તનમનાટ વ્યર્થ વેડફાઇ ન જાય. યુવાન એ આવતી કાલનો પુરૂષ છે; યુવતી એ આવતી કાલની સ્ત્રી છે. તે દરેક, સમાજનાં જે ઘડતર ઘડવા ધારશે તે ઘડી શકશે. આ ઘાટ ઘડવામે

યજ્ઞની વેદી પર બલિદાન દેવાં તેઓએ તૈયાર થવું પડશે, અત્યારના (બાળલગ્ન, વૃદ્ધ-લગ્ન, વ્હેમ, રોવા કુટવા, આદિ) સામાજિક સડાઓ દૂર કરવા, તેમજ દેશની દરિદ્રતા અને પરતંત્રતાની બેડીઓ તોડવા સ્વભોગવિલાસો તજી હસતા વદને નિઃસ્વાર્થ સેવા આપી ત્યાગના પાઠ જગતને સમર્પવા પડશે. આવા ભોગો અને ત્યાગનાં એજ મૂલ્ય છે કે તેથી વાતાવરણ શુદ્ધ થશે અને તેની શુદ્ધિમાં ભવિષ્યની પ્રજા આપણાં કરતાં વિશેષ તેજસ્વી પાકશે. આટલી તૈયારી જાણ્યા અને કર્યા પછી દરેક યુવક અને યુવતીને મારો સંદેશો છે કે તે ભલે દંપતીજીવનમાં જોડાય.

દંપતીજીવન એ પણ માત્ર લ્હાણુ નથી તે પણ લ્હાળા બને છે. તેને લ્હાવો બનાવવા પણ ભોગ આપવા પડે છે. કારણ ? 'ભાઇ તો ભૂગોળ અને ખગોળમાં રમે છે, પણ પેલીનું ચિત્ત ચૂલામાંય' એ ઉક્તિ હજી પણ એટલીજ સાચી છે. આજની કેળવણીએ વર અને કન્યાના અર્થાત્ દંપતીના આચાર વિચાર, ભાવાભાવ અને જ્ઞાનાજ્ઞાનના અંતર એટલાં વધાર્યાં છે કે તે પ્રશ્ન દરેક દંપતીને મૂઝવે છે. આ પ્રસંગે સાચો ઉપાય માત્ર એટલોજ છે કે દરેક પતિએ પત્નીના ગુરૂ બનવું. આ શ્રમ તાત્કાળિક નહિ ફળે, પરન્તુ વર્ષે, બે વર્ષે પણ તે ફળશે. તેથી હૃદયના અંતર ક્રમશઃ ધીમે ધીમે તૂટતાં જશે. પતિએ પત્નીમાં રહેલ સ્વાભાવિક ધર્મશ્રદ્ધાને જ્ઞાન રૂપ વારિસિંચન કરી તેને શુદ્ધ કરવી; તેને આરોગ્યવિજ્ઞાન અને અકસ્માત પ્રસંગે તાત્કાળિક ઉપાયો લેતાં શીખવવાં; સારાં ગીતો, સારાં પુસ્તકો અને સારા લેખો વાંચી સમજાવવા. પોતાની ઇચ્છા, અનિચ્છા; ભાવ, અભાવ; આચાર, વિચાર, આદિનું જ્ઞાન તેને સમજણ પૂર્વક આપવું. આમ અરસપરસ જ્ઞાનની આપ લે કરતાં વધારે રસ પડતાં પતિપત્ની વચ્ચે એક વખતે જે અંતર હતાં તે તૂટશે અને જો તેમાંથી સાચી જ્ઞાનપિપાસા જન્મી તો એકમેકની કામવાસના મન્દ પડતી જશે. આ પ્રકારે એક કાંકરે બે કાર્ય સધાશે. (૧) અં-

તરના મેળ મળશે અને (૨) બ્રહ્મચર્યની જરૂરીયાત જણાતાં–તેનો વિચાર કરતાં ભવિષ્યની જીંદગીમાં એવો એક અમૂલ્ય પ્રસંગ સાંપડશે કે જ્યારે તે વિચાર અમલમાં પણ મૂકાયો હશે.

ગૃહસ્થજીવન શરૂ કર્યા પછી દંપતી કાળક્રમે માતાપિતા બને છે; આ પ્રસંગે તેઓએ બાળક કે બાળિકા ગમે તે હોય તે દરેક પ્રતિ સમાન સ્નેહ અને વાત્સલ્ય ધરાવવાનું છે. એકને વ્હાલા અને બીજાને અળખામણું ગણતાં આપણું જીવન ભેદી અને દંભી બને છે. સ્ત્રીને જેટલી ફરજો આવે પ્રસંગે બજાવવાની છે તે કરતાં પુરૂષ પાસે ઓછી નથી. સ્ત્રી તો અજ્ઞાન છે, અજ્ઞાન સમાજમાં તેને કામ કરવાનું છે તેથી તે પોતાની ફરજ પુરેપુરી ન બજાવી શકે; પુરૂષને તો ઘણુંયે કરવાનુ રહે છે. તે શિક્ષિત છે, સમજુ છે; છતાંયે તેને પણ પોતાની જીવનદિશાનું ભાન કેટલીકવાર હોતું નથી, તે ભાન પ્રાપ્ત કરવું અને પ્રાપ્ત કરી પોતાની ફરજ બજાવવી જરૂરની છે. બાળકને મનગમતી ચીજ આપીયે અને બાળિકાને તેથી વંચિત રાખીયે તે ઉચિત નથી. બન્નેમાં સમાન આત્માનો વાસ છે, બન્નેમાં ઇચ્છાશક્તિ છે, બન્નેને આહારનિહાર છે, બન્નેને સુખદુઃખ છે, બન્ને પોતાનાં પ્રતિ થતાં વર્તન સમજી શકે છે તે વસ્તુ આ પ્રસંગે ખ્યાલમાં રાખવાની છે. અજ્ઞાન અને અશિક્ષિત સમાજમાં બાળક તે શું તેનું આપણને આજ ભાન પણ નથી રહ્યું, 'બાળકમાં દેવનો વાસ છે' અર્થાત્ બાલ્યાવસ્થા તદ્દન નિર્દોષ છે એ વાત આપણે વિસરી જઇયે છીયે. આપણે બાળક સાથે વર્તતાં આપણું બાળપણ પણ વિસરીજ જઇયે છીયે; આવા પ્રસંગોએ આપણે વિચારવું ઘટે છે કે કેટલી વર્ષોઓ વીત્યા પછીજ આપણામાં અત્યારનું ડહાપણ આવ્યું છે, તે પ્રમાણેનાં ઘડતર તેમનામાં ઘડાતાં સમય તો જોઇયેજ, ઉતાવળે આંબા ન પાકે.

આ ઉપરાન્ત બાળક સાથના વર્તનમાં માર મારવાની અર્થાત્ શારીરિક શિક્ષા કરવાની પ્રણાલિ આપણામાં જ્યાં ત્યાં છે; માનસ-

શાસ્ત્રીઓએ પ્રયોગ દ્વારા શોધી કાઢ્યું છે કે બાળકની ભૂલ કે દોષ માટે તે જવાબદાર નથી, પરન્તુ તેની આસપાસનું વાતાવરણ યા તેની શારીરિક ખોડખાંપણ તે માટે જવાબદાર છે. આમ હોવાથી આવે પ્રસંગે તે ખામી શોધી કાઢી તેના ઉપાય કરવા એ આપણી ફરજ છે; અને બાળકને શારીરિક શિક્ષા ન કરવી એ પણ તેટલુંજ અમૂલ્ય સૂત્ર છે. કેટલેક ઠેકાણે સ્ત્રીઓ બાળકને વિના વાંકે, નજીવે વાંકે કે હરતાં ફરતાં મારમાર કરે છે; આ ખામી દૂર કરવી તે સમજુ અને સુજ્ઞ દંપતીની ફરજ છે. તેમણે એટલું પણ જાણવું જરૂરનું છે કે શારીરિક શિક્ષાથી બાળકની બુદ્ધિ જડ થાય છે, તેના જ્ઞાનતંતુઓ નબળા પડે છે, તેની યાદદાસ્તી નમાલી બને છે; આ સર્વનું પરિણામ એ થાય છે કે બાળક ઠોઠ બને છે. અજ્ઞાન સ્ત્રીઓ ગમે તે કરે, પરન્તુ સુજ્ઞ પુરૂષે આ વસ્તુ સ્ત્રીને સમજાવવી જોઇયે. બીક, વ્હેમ આદિ ટેવો પણ તેજ પ્રકારની છે, સાચા જ્ઞાનના તે દુશ્મન છે; તેને દૂર કરવા દંપતીએ સારી સમજણ મેળવવી જોઇએ. જીવન ઉઘાડી આંખે જોવું જોઇએ; વાંચન વિશાળ દૃષ્ટિએ વાંચવું અને વિચારવું જોઇયે, અને ત્યાર પછી યથાર્થ લાગે તેને અમલમાં પણ મૂકવું જોઇયે.

શરૂઆતમાં તો બાળક નિર્દોષ હોય છે, પરન્તુ વાતાવરણ, સોબત અને દેખાદેખીથી તેનામાં અનેક પ્રકારના દુર્ગુણો પ્રવેશે છે, તે દુર્ગુણોના પ્રકાર જાણી લેવા યોગ્ય છે. બહુજ શરમ, બ્હીકણવૃત્તિ, બહુ ખાવાની ટેવ. ઢોંગ, દંભ, આળસ, વેદીયાપણું, અંતર્મુખપણું, ચોરી કરવી, જુઠું બોલવું, લબાડી કરવી, હરામ હાડકાં કરવાં, વહેમી બનવું, જક્કી બનવું, વ્યસનો સેવવાં આદિ અનેક પ્રકારના દોષો જાણી લઇ તેમાંનો એકપણ બાળકમાં ઘર ન કરે તે નિરન્તર આપણે જોતા રહેવાનું છે. તેને હિમ્મતવાન, શૂરવીર અને બ્હાદૂર બનાવવા પ્રયાસ કરવો, શારીરિક શ્રમ કરવાની ટેવ પાડવી અને કસરત કરાવતા રહેવું. આ સર્વ પ્રતિ દંપતી ધ્યાન આપે તો

ઘણાં જીવન સુધરે. સુશિક્ષિત પિતા ધારે તેા અજ્ઞાન માતાને આવા પ્રસંગે ઘણી રીતે દોરી પેાતાનું જીવન સફળ બનાવી શકે. અત્યારના જીવનમાં પિતાના આગ્રહ માતાના આગ્રહ આગળ કાંઇ વિસાતમાં નથી; શુદ્ધ આગ્રહ એ પણ જીવનની એક અમૂલ્ય તક છે; તે તક મેળવવી અને તે આગ્રહને અમલમાં મૂકવેા. સંતાનપ્રાપ્તિ પછી સંસારિક જીવન મિત (ઓછું અને નિયમિત) કરવામાં આવે અર્થાત્ ભેાગેાપભેાગમાં સંયમ પર આવી શકાય તેા આ કાર્ય સાધવું મુશ્કેલ નથી. જ્યાં સ્ત્રી સમાજ સમુદાય તરીકે અજ્ઞાન છે ત્યાં પુરૂષવર્ગેજ આ દુર્ગુણેા બાળકમાં પ્રવેશતા અટકે તે અર્થે તનતેાડ પ્રયાસ કરવાનેા છે. આ કર્તવ્ય બજાવ્યા વિના તેઓ બાળકને સદ્દગુણી જોવા ઇચ્છશે તે આકાશકુસુમવત્ (મિથ્યા) છે. દરેક દંપતી પેાતાના બાળક પ્રતિ બજાવવાની આ ફરજો વિચારે અને તે બજાવી શકવાની શકિત મેળવ્યા પછીજ માતપિતા બનાવાના કેાડ સેવે અને પ્રયત્ન કરે તે ઇચ્છનીય છે.

દંપતીજીવનના બેાધપાઠ અર્થે ઉપદેશગ્રન્થેાનાં માત્ર પત્નીના ધર્મો બતાવ્યા છે; પુરૂષને ત્યાં ગૌણુજ ગણ્યેા છે. આ રીતે પુરૂષના ગુણુ અને કર્તવ્ય તરફ અંગૂલિનિર્દેશ ન હેાવાથી પુરૂષ એમજ સમજે છે કે પેાતાને માથે કાંઇ ફરજ નથી. આ એક ભૂલ છે. દરેક ઠેકાણે સૂક્ષ્મતાથી નજર કરીશું તેા જણાશે કે સ્ત્રીવર્ગ પુરૂષ વર્ગ કરતાં પેાતાની ફરજ વધારે સારી રીતે બજાવે છે અને પુરૂષવર્ગ પેાતાની ફરજ તરફ બેદરકાર છે. તેથી યાદ આપવાની જરૂર છે કે શાસ્ત્રમાં જે ઉપદેશ સ્ત્રીને ઉદ્દેશીને અપાયેા છે તેજ ઉપદેશ પુરૂષને પણુ લાગુ પડે છે. પતિ પત્નીને પતિવ્રતા બને એમ ઇચ્છતા હેાય તેા પતિએ પેાતે પત્નીવ્રત ધર્મ પાળવાની તૈયારી રાખવી જોઇયે; કારણુ કે પતિ એ પત્નીનેા આદર્શ છે. પતિ ભૂલશે તેા પત્ની ભૂલશે એ નિર્વિવાદ છે. સમાજમાં સ્પષ્ટરીતે જોઇ શકાય એમ છે કે પતિની બેદરકારી અને દુર્ગુણેાને લઇ કેટલીયે સ્ત્રીઓનેા અધ:પાત થયેા છે: જ્યારે પત્નીની બેદરકારી અને દુર્ગુણુને લઇ પતિનેા અધ:પાત થયેલ હેાય તેા તે બહુજ ઓછા પ્રમાણુમાં દેખાશે.

આટલું સામાન્ય સૂચન કર્યા પછી એક ખરાબ અને જીવલેણ ટેવ જે હિન્દના અનેક યુવક અને યુવતીઓમાં પ્રવેશેલી છે તે પર આવું છુ. આ ટેવથી શરીરના લોહીનું પાણી થાય છે અને તેનો ભોગ થયેલ યુવક અને યુવતી અકાળે વૃદ્ધ બને છે અને અનેક રોગોનો તે ભોગ થઇ પડે છે. આ ટેવ તે બીજી કોઇ નહિ પરન્તુ હસ્તદોષ આ વિષયને ગંદો ગણી સમાજે તેની ઉપેક્ષા કરી છે: પરન્તુ અત્યારે તો તે એટલી મોટી સંખ્યામાં જણાય છે કે તેની ઉપેક્ષા કરવી પાલવે તેમ નથી. હસ્તદોષ એટલે વીર્યનો દુરૂપયોગ. આ ટેવ નાબુદ કરવા આરોગ્યવિજ્ઞાનનું સાહિત્ય યુવક અને યુવતીના હાથમાં મૂકવાની જરૂર છે. તે દ્વારા તેઓ જાણી શકશે કે વીર્ય તે શું છે; તે શાનું બને છે; કેટલા ખોરાકમાંથી તે કેટલા પ્રમાણમાં બને છે. આ ઉપરાન્ત તે વ્યસનથી કેટલી શારીરિક વ્યાધિઓ જન્મશે, કેટલી શકિત ઓછી થશે, પોતાના જ્ઞાનલાભ અને વ્યવસાયકાર્યમાં શા અંતરાય થશે તે પણ સમજાશે. આ દોષથી બુદ્ધિ મન્દ થાય છે; અને કામ કરતાં સ્હેજમાંજ થાક ચઢી જાય છે. આ સર્વ સમજાતાંજ દરેક દંપતી-યુવક અને યુવતી-આ દોષ પ્રતિ મોહ ન પામે; મોહ પામ્યા હોય તો તે ત્યાંથીજ અટકી જઇ નવું જીવન જીવવા માંડે. જ્યારે તમે કોઇ ફીક્કો, સુસ્ત, એદી, આળસુ, પડી રહેવાની ટેવવાળો, હાંફતો, થાકી જતો, અને અપ્રસન્ન મનુષ્ય જુઓ ત્યારે યાદ રાખજો કે તે હસ્તદોષનો ભોગ થયેલ પામર મનુષ્ય છે; તેને તેની આત્મશક્તિનું ભાન કરાવવા પ્રયાસ કરજો, ઇન્દ્રિયદમન તે શું તે તેને સમજાવજો, વીર્યરક્ષાના શા ફાયદા છે તે તેની સમક્ષ મૂકજો, ઇન્દ્રિયના વિષયોના દાસ ન બનવામાંજ આત્મસામર્થ્ય છે તે યાદ કરાવી તેના જીવનમાં તે ઉતારવા ઉત્સાહ પ્રેરજો. આ પણ એક અમૂલ્ય સેવા છે; તેનાં મૂલ્ય અંકાયા અંકાય તેમ નથી. અને જ્યારે તમારા બાળકો કુમાર બને ત્યારે આ જ્ઞાન તેમની સમક્ષ પણ મૂકજો. તેને તમારી જીન્દગીની ભૂલોનાં પરિણામો સમજાવજો, તેને

તે ઉપદેશ જીન્દગીભર ચાલે તેવી અમૂલ્ય શિક્ષા (શીખામણ) થઇ પડશે. આ જ્ઞાન આપવું તે સમજુ દંપતીનું પોતાના બાળક પ્રતિનું કર્તવ્ય છે; પત્ની તેની ઉપેક્ષા કરે તો પતિની તો તે ફરજ છે.

બાળકોને ધાર્મિક જ્ઞાન આપવાની પણ તેટલીજ આવશ્યકતા છે: પરન્તુ જે ક્રિયા દંપતી ન કરતાં હોય તે ક્રિયા કરવાની બાળક પર ફરજ નાંખવી તે યોગ્ય નથી. આવે પ્રસંગે આપણે ખોટો આગ્રહ રાખીયે તો આપણે દંભી છીયે અને બાળકોને પણ દંભી બનાવીયે છીયે. આપણે જે ક્રિયાઓ ન કરીયે તે ક્રિયાઓ તેમની પાસે કરાવીયે તો તેમને તેમાં સ્વાભાવિક આનંદ મળતો નથી અને કોઇકવાર તો તેઓ તે ક્રિયાના દ્વેષી પણ બને છે. આથી ઘરનું વાતાવરણજ સામાન્યતઃ ધાર્મિક રાખવું કે જેમાંથી ધાર્મિક સંસ્કારનું પાન બાળક ક્યાંજ કરે. ઘરમાં સૌ યોગ્ય ક્રિયા, તપ, જપ, પૂજા આદિ કરતા હોય; તેના પાઠ સમજપૂર્વક બાળકને અપાતા હોય; તેના રહસ્યનો ભેદ બાળકને સમજાવાતો હોય; સૌ સાચું બોલતાં હોય; કોઇ દંભ ન સેવતા હોય તો તે સાચા ધાર્મિક વાતાવરણમાંથીજ બાળક ધાર્મિક સંસ્કાર ગ્રહણ કરશેજ કરશે. આ વાતાવરણની અસર માત્ર ફરજીયાત ક્રિયા કરતાં પણ અધિક થવાની અને પરિણામે સાચા ધર્મનિષ્ટ, શ્રદ્ધાસંપન્ન અને ચારિત્ર્યશીલ બાળક મેળવવાને આપણે ભાગ્યશાળી થવાના. દરેક દંપતી આ સૂત્રો યાદ રાખે અને તેને ન ભૂલે.

હવે તો બાળકને વ્યવહારૂ કેળવણીજ આપવી બાકી રહી. તેતો અત્યારે જે હોય તેજ આપવી પડે. આપણે જો આપણો સમય બરાબર ગોઠવી વખત કાઢવા પ્રયાસ કરીયે તો કાઢી શકીયે અને તે સમયમાં બાળકોને રાષ્ટ્ર, સમાજ અને બંધુત્વના પાઠો આપી શકીયે. બાળકો પાસે તે અર્થે સારી વાતો, સારૂં સાહિત્ય, સારા લેખો આદિ વાંચી, સમજાવી તેમાં તેને રસ લેતો કરીયે; આમ થશે તો તે બાળક, કુમાર અને યુવક બનતાં નિર્માલ્ય સાહિત્ય પ્રતિ

નજર પણ નહિ કરે. અને પછી તો કાળક્રમે તે પણ તમારીજ માફક દંપતીજીવનમાં પ્રવેશ કરશે અને તમે જે કર્યું અને અનુભવ્યું તેના બોધપાઠો જો તેને મળ્યા હશે તો તેનો ઉપયોગ કરી પોતાનું જીવન સુધારી તે જીવનને તમારા કરતાં કાંઇક અધિક તેજસ્વી બનાવી શકશે.

સંક્ષેપમાં એટલું કહેવાનું છે કે યોગ્ય બાળક, યોગ્ય કુમાર, યોગ્ય ગૃહસ્થ, યોગ્ય પ્રૌઢ અને યોગ્ય વૃદ્ધ બનો. એજ જીવનનો સાચો સાર છે. ઉઘાડી આંખે જીવન જીવો; બાળક સાથે બાળક, કુમાર સાથે કુમાર, યુવક સાથે યુવક, ગૃહસ્થ સાથે ગૃહસ્થ, પ્રૌઢ સાથે પ્રૌઢ અને વૃદ્ધ સાથે વૃદ્ધ બની જીવનના અષ્ટરંગી પ્રશ્નો વિચારો; વિચાર્યા પછી આપણી સમક્ષ આવી પડેલ ગૂંચવાયેલ કોકડાં ઉકેલો. આ કોકડાં ઉકેલવામાંજ મનુષ્યજીવનની સાફલ્યતા રહેલી છે.

બ્રહ્મચર્ય વિષે અહિં લખવાનું ન હોય; અત્યારના જીવનમાં તે દુષ્કર પણ છે. પરન્તુ તેનો ઇચ્છુક સાત્વિક આહાર, નિહાર અને વિહારનું સેવન કરે, નિર્મળ સાહિત્ય વાંચે અને વિચારે તો તે કુદરતી રીતેજ આ માર્ગે સ્હેલાઇથી વિહરી શકે છે. જે પોતે પોતાની શક્તિનો વિચાર કરી પોતાને અતિરેકથી સાચવે છે તે માત્ર ઉત્સાહ કે આવેગનો ગુલામ બની કામનો દાસ બનતો નથી. સાચો બ્રહ્મચારી તે છે કે જે જીવનની અનેકવિધતા અનુભવવા છતાં તેમાં એકતા ઘટાવતો હોય, પોતાનામાં તેજ પ્રગટાવતો હોય અને પોતાના અનુભવરસના ઘુંટડા જનતાને કરાવતો હોય. દંપતીજીવનનું અંતિમ ધ્યેય બ્રહ્મચર્યજ છે. આ સૂત્ર દરેક દંપતીએ યાદ રાખવાનું છે. બ્રહ્મએ જ્ઞાન છે. જ્ઞાન એ આત્મા છે. આત્મા આત્માનું સુખ અનુભવે તે બ્રહ્મચર્ય છે. આવા બ્રહ્મચારીને રાગદ્વેષ ન હોય, વેરઝેર ન હોય, ઝઘડા ન હોય; પરન્તુ તેતો અનંત આનંદમાં મ્હાલતો અદ્વિતીય તેજસ્વી નર હોય.

નવ પરિણિત દંપતીયુગલ માટે આટલું નવનીત બસ છે. તેમાંથી પતિ અને પત્ની ધારે તે મેળવી શકશે. ભ્રમરની માફક માત્ર મધુર રસ લેવાનીજ મારી આજ્ઞા છે. તે મધુરસ ચૂસી લઇ તેને જીવનમાં ઉતારી માયકાંગલી અને નિર્માલ્ય પ્રજાના માતપિતા બનવા કરતાં પ્રતાપી, તેજસ્વી અને જ્ઞાનસંપન્ન બાળકના માતાપિતા બનવાનું દંપતી વિચારી લે; અને તે અર્થે મિત સંસારિક સુખનો અનુભવ કરવા પ્રતિ લક્ષ્ય આપે. આવા ઉચ્ચ અભિલાષ અને મહત્વાકાંક્ષાઓને ધરી પોતાનું જીવનનાવ તેઓ આગળ ધપાવે. આથી વિશેષ શું કહી શકાય ?

જીવન તે માયા નથી, તે એક તાત્ત્વિક પ્રશ્ન છે, અને તે ગૃહસ્થ અને ગૃહિણી અર્થે જરૂરી વસ્તુ છે. તે તેઓ ન ભૂલે. પરન્તુ તે તાત્ત્વિક બને ક્યારે ? જીવનનાં કોકડાં સારી રીતે ઉકેલી જાણીયે ત્યારે. જીવનનાં કોકડાં ઉકેલવાં એ પણ જીવનની અમૂલ્ય લ્હાણુ છે; તે લ્હાણુ જીવનને તાત્ત્વિક રીતે જીવી જાણીયે ત્યારે પ્રાપ્ત થાય છે. સૌ દંપતી આ લ્હાણુ મેળવવાનો નિશ્ચય કરે અને નિશ્ચય કરીને અમલમાં મૂકી પોતાનાં જીવન તેજસ્વી બનાવી જનતાને ચરણે ધરે. એજ ભાવના. સુજ્ઞેષુ કિં બહુના ?

લી૦

ચીમનલાલ ડ. શાહ

જીવન સન્દેશ

પરિણિત થતા યુવકને !

નવ યુવક ? નવીન ગ્રન્થીથી તું જોડાય છે; તારામાં નવીન પ્રાણનો સંચાર થાય છે. આ ગ્રન્થી અને આ પ્રાણસંચારનો સદુપયોગ કરવામાં તું પાછો ન હઠે, તેવું બળ તું ધારણ કરજે.

પત્ની એ સહધર્મિણી છે, ગુલામ નથી. આપણા જેવો પ્રાણ, લાગણી અંતઃકરણ આદિ તેનામાં પણ છે તેનું નિત્ય સ્મરણ કરજે. સપ્તપદીની પ્રતિજ્ઞાને તું નવજીવન રાખજે.

પ્રમાણિકતા વિના આત્મકલ્યાણ નથી; માટે જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં પ્રમાણિક બનવા અને રહેવા રખે તું ચૂકતો. જીવન ક્ષેત્રમાં પ્રમાણિક રહેવા અર્થે નિર્ભય બનજે; રૂઢિના મલીન તત્ત્વોનો વિધ્વંશ કરવા રૂદ્ર, તેમાં નવીન તત્ત્વો સર્જવા બ્રહ્મા અને તે દ્વારા મૂળતત્વને જાળવવા વિષ્ણુ બનજે. અત્યારનો કહેવાતો વ્યવહાર માત્ર નબળાના આધાર રૂપ છે; તે વ્યવહારનો ઉત્પાદક પણ એક આપણા જેવો મનુષ્ય હોય છે તે યાદ રાખી જુના ચીલાને તોડી નવીન ચીલો લેતાં રખે તું વિમાસણમાં પડતો.

સહધર્મચારિણી પાસેથી જે જે પ્રાપ્ત કરવાની તારી અભિલાષાઓ હોય તે અભિલાષાઓ કરતાં પહેલાં તે સર્વને યોગ્ય તું બનજે; તેના આંતરિક ગુણોમાં વિકાર નહિ. પરન્તુ વિકાસ થાય તે તારૂં લક્ષ્ય રાખજે અને તારી ખાત્રી થશે કે તારી અભિલાષાઓ પૂર્ણ થઇ છે.

મોજશોખ અને વિષયો તને તાબે કરે તે કરતાં તેમને તું સ્વાધિન કરજે અને એટલું નિરંતર યાદ રાખજે કે આનંદ કે રસનાં તો ચટકાંજ હોય. તેનાં કુંડા નજ હોય.

સંસારત્યાગની ભાવના જન્મે તો તારી સહધર્મચારિણીને તેમાં તારો સાથી બનાવવા પ્રયત્ન સેવજે; ક્રમશઃ વાતાવરણ ઉભું કરી એકજ લક્ષ્ય બન્નેનું થાય ત્યારે સંસારત્યાગની ભાવનાનો અમલ કરજે. પ્રમદાએ પ્રેરેલ અને ઉત્સાહિત કરેલ વૈરાગ્ય તને અનેરા ફલની પ્રાપ્તિ અર્થે થશે. આ પ્રકારના પ્રયત્નો નિષ્ફળ નિવડે તોપણ હિંમત કદી ન કરીશ; તેમજ સાહસ પણ ન આદરીશ. અર્ધાંગને સાચે માર્ગે લાવવા સાચા પ્રયાસ કરજે; તેમાં પણ પ્રમાણિકતા ન તજીશ. અને તારી ખાત્રી થશે કે વિરોધી અર્ધાંગ પણ તારૂંજ છે અને તારા ધ્યેયને વફાદાર છે. સહધર્મચારિણીને પ્રતિવ્રતા બનાવવા ઇચ્છતો હોય તો તું પ્રથમ પત્નીવ્રતી બનજે.

સર્વાંગી વિકાસમાં તમે એક બીજો પ્રતિની ન્યૂનતા પૂરવા બંધાયા છો; તે ન્યૂનતા તમે પૂરો.

સમાજ અને રાષ્ટ્રની શક્તિનો હ્રાસ થતો રહ્યો છે અને થાય છે તે ભૂલતા ના. શક્તિનો સંચય કરો, તેમાં વૃદ્ધિ કરો અને જુઓ કે તેથી સંયમમાં વૃદ્ધિ થાય છે કે નહિ? આ શક્તિ અને સંયમના પ્રાપ્ત થતા ફલને સમાજ અને દેશસેવામાં સમર્પો. એજ ભાવના.

જીવન સન્દેશ.

પરિણિત થતી યુવતીને!

નવ યુવતી ? નવીન ગ્રન્થીથી તું પણ જોડાય છે, તારામાં પણ નવીન પ્રાણનો સંચાર થાય છે. તું મૂઢ છે, અજ્ઞાન છે. તારી મૂઢતા અને અજ્ઞાનતાનો ગેરલાભ તારા શુભેચ્છકોજ લે છે. તું ચેત, પ્રાણવાન બન અને તારી આચ્છાદિત શક્તિનો તું જનસમાજને સાક્ષાત્કાર કરાવ.

પતિ એ તારો મિત્ર છે, માલિક નહિ. તારામાં પણ તેના જેવાજ પ્રાણ, લાગણી અને અંતઃકરણનો વાસ છે એકદી ન ભૂલીશ. સપ્તપદીની તારી પ્રતિજ્ઞા તારી સ્મૃતિ બ્હાર ન નિકળે તે ધ્યાન રાખજે.

આજે તું રૂઢિની ગુલામ છે; દેનો સાક્ષાત્કાર કરવા જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો તારો ધર્મ છે. રૂઢિનાં બંધનો તોડવાં, નવીન જમાવવાં અને તેના સંરક્ષક તત્વને જાળવવા તારા પતિમાં તું પ્રાણ પૂરજે. વ્યવહારના ગુલામ આપણે નથી, પરન્તુ વ્યવહાર આપણો ગુલામ છે તે જીવનમાં વણી લઇ સાચો અને પ્રામાણિક વ્યવહાર કુનાંયાને જીવી બતાવજે. પતિ પાસેથી મેળવવાની જે જે તારી અભિલાષાઓ હોય તે દરેકને માટે તારી લાયકાત સિદ્ધ કરજે; તેના ગુણો દુર્ગુણોમાં ન પલટાય તે ધ્યાન રાખી તે સન્માર્ગે વાળવા તારે સાથ દેવાનો છે. આ સાથ દેતાંની સાથેજ તને તારી અભિલાષાઓ પૂર્ણ થયેલી જણાશે.

મોજશોખ, વિષયો, વસ્ત્રો અને જણસોનો મોહ તજી દેજે, પરન્તુ તારા ગુણો વધે તેમજ વિકસે તે તરફ તારી પ્રીતિને જન્માવજે. રસાનંદમાં મિત બનજે અને તેમાંજ તારાં અને તારાં સૈાભાગ્યનાં અમર તત્ત્વો છે, તે કદી ન ભૂલતી. તારામાં કે તારા પતિમાં સંસારત્યાગની ભાવના જન્મે, તો તેનું પૃથક્કરણ કરી સાચી અને પ્રમાણિક ત્યાગભાવનાને તું નિરંતર પોષણ આપજે. તેમાં તારી નિષ્ફળતા થાય તો બેવડા ઉત્સાહથી તેજ પ્રયત્ન ચાલુ રાખજે અને તને જણાશે કે તારૂં વિરોધી અર્ધાંગ તારાથી જરા પણ ભિન્ન નથી પરન્તુ તે તને વફાદાર છે. પતિને સદ્ગુણી અને સ્નેહમય જોવાની ઇચ્છા હોય તો શીલની કિંમત સમજજે; અને તું જોઈ શકીશ કે તારો પતિ પત્નીવ્રતધર્મી છે.

લગ્ન એ એક બીજાની ન્યૂનતા પૂરનાર સાધન છે; તે ન્યૂનતા પૂરી શકવા ભાગ્યશાળી બન. સમાજમાં તારૂં સ્થાન ક્યાં છે અને તે ક્યાં હોવું જોઇયે તે વિચારી લેજે; તારૂં યોગ્ય સ્થાન તને અને સ્ત્રી સમાજને પ્રાપ્ત થાય તે માટે તું પ્રયત્ન સેવજે. રાષ્ટ્રસેવામાં સ્ત્રી શું કરી શકે તે જાણી લઈ તેમાં પણ તારો ફાળો અર્પજે. એજ ભાવના.

ભૂમિકા.

યેાજકને આજની વ્યવહારૂ દુનિયામાં કેટલેક અંશે અવાચ્ય અને માર્મિક ગણાતા આ વિષયને આલેખવાનું શું પ્રયેાજન ઉદ્‌ભવ્યું તેનું સ્પષ્ટીકરણ અત્ર કરવું એ અસ્થાને નહિજ ગણાય.

સામાન્યતઃ એટલું તેા સૌ કેાઇ સ્વીકારશે કે જેનું સંસારી જીવન સુખમય, આનંદ તેમજ ઉલ્લાસભર્યું અને રસઝરતું હેાય છે તેજ વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક જીવનના અપૂર્વ આનંદ અનુભવી તેમજ સમજી શકે છે, અને તેમાં શૂરવીરતાના પૂર પણ વર્ષાવી શકે છે. પૂર્વકાળના અનેક ઉદાહરણેા આ વાતની સાબીતી આપતા આપણી સમક્ષ પડયા છે. વિશેષ ઉંડા નહિ ઉતરતાં માત્ર એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે દરેક વસ્તુનેા ખરેા આનંદ તે વસ્તુના જ્ઞાન ઉપરજ આધાર રાખે છે; અને તેથી કહેવાય છે કે જેટલી જ્ઞાનદશાની જાગૃતિ તેટલીજ આનંદદશાની વૃદ્ધિ. જ્ઞાનપૂર્વકની ક્રિયા ઇષ્ટ સિદ્ધિદાયી છે તે પણ ઉપરના સૂત્રમાં ફલિત થાય છે.

સામાન્યતઃ જગતમાં દંપતીજીવન એ વ્યવહાર મનાય છે; આમ હેાવાથી આ જીવન અર્થે જરૂરી જ્ઞાન મેળવવું જરૂરનું છે, દંપતીજીવન ગાળનાર દરેકને આ જ્ઞાનની આવશ્યકતા છે, ઘણા ખરા આ જ્ઞાનથી અજ્ઞાન હેાવાને લઇને અવળે રસ્તે ઘસડાય છે અને તે કારણને લઇને તે જીવનનું જ્ઞાન બાલજીવેાને અલ્પાંશે પણ આપવા અર્થે આ પુસ્તિકાનેા ઉદ્‌ભવ છે. આ પ્રયાસની સાફલ્યતા વાંચકવૃંદજ આંકશે, મારે તેા માત્ર સેવા અર્થે આ શ્રમ કરવાનેા; તેના પરિણામ પ્રતિ જેાવાનું કામ મારૂં નથી.

આપણા યુવકો જેઓ કાંઇપણ અગમચેતી યા તૈયારી વિના પરિણીત જીંદગીમાં જોડાય છે; તેમાંના ઘણાખરાની દશા કંઇ ઓછી ખેદકારક નથી. કેટલાક તો પરિણીત જીંદગીમાં પોતાનું શું કર્તવ્ય છે તે પણ ભાગ્યેજ જાણતા હોય છે; કદાચ કોઇ સમજે છે તો તે એટલુંજ કે પરણીને એક નામ વિનાનું, આનંદ આપનારૂં અને પરસ્પર શારીરિક સંબંધ વડે સાંભોગિક કાર્ય કરવા પૂરતુંજ. આ કરતાં વિશેષ ઉચ્ચદશાનું ભાન ભાગ્યેજ કોઇને હોય છે; આટલી ટુંકી બુદ્ધિ અને અલ્પ આશયથી એમજ સમજવામાં આવે છે કે પ્રિયાના મેળાપથી મળતો આનંદ વિના હરકત અને વિના પરવા-નગીએ લેવાનો આપણને હક્ક છે. મીઠાઇની રકેબી બાળક આગળ મૂકતાં તે જેટલો ઉન્માદ અને જુસ્સો તે મીઠાઇ લેવામાં વાપરે તેટલાજ ઉન્માદ અને જુસ્સાથી આવા મનુષ્યો વિષયસુખની પાછળ પડે છે અને ત્યાં તેઓ પોતાની શક્તિનો વિચાર પણ કરતા નથી; પરન્તુ આવી જુસ્સા અને ઉન્માદની દશા લાંબો વખત ટકીજ શકતી નથી. આવે સમયે આ વિષય સંબંધી અનુભવીની સલાહ તેઓને ભાગ્યેજ મળે છે અને કદાચ કોઇને મળે છે તો ત્યાં તેવી સલાહનો ધડો પણ નથી થતો. કેટલાક તો મંદ પડતી જતી ઇચ્છાને ઉત્તેજક મિષ્ટાન્ન અને કહેવાતી પૌષ્ટિક દવાઓ વડે ઉશ્કેરીને પણ સંભોગસુખ મેળવવા વાસના ધરાવે છે અને આવા અતિરેકનું ફળ એ થાય છે કે જ્ઞાનતંતુ અને મજ્જાતંતુની રચના પાયમાલ બને છે અને ચહેરાપર ફિક્કાશ અને નિસ્તેજતા દર્શન દે છે. આ પ્રકારે સાચું સત્ત્વ વેડફાઇ જતાં શરીરમાં શિથિલતા, માથાનો દુઃખાવો, છાતીનાં દર્દો, શરદી, સલેખમ આદિ દર્દો આવા મનુષ્યોના નિરન્તર મહેમાન થઇ રહે છે; ટુંકમાં કહીયે તો જીંદગીનો ઉપયોગ અધિક અને ઉતાવળથી કરતાં તેઓ અકાળે વૃદ્ધત્વ પ્રાપ્ત કરે છે. તેમની આસપાસ અનેક નિર્બળ, નિઃસત્ત્વ અને માંદા બાળકોનું કુટુંબ જામ્યું હોય છે કે જેમની અનેક સ્વાભાવિક તેમજ અસ્વાભાવિક હાજતોને પહોંચી

વળવાની શક્તિ પણ ભાગ્યેજ તેઓમાં હોય છે. દંપતી જીવનમાં સેવેલ 'અતિરેકતા અને અનિયમિતતાનું આ પરિણામ.'

આવી શોચનીય સ્થિતમાં આવી પડતાં પહેલાં દંપતીજીવનનો સાચો ખ્યાલ કાંઇક અંશે આવે; 'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्' અર્થાત્ ધર્મ કરવાને માટે પ્રથમ સાધન શરીરજ છે એ ઉમઃા સત્ય સમજાય; આખાયે શરીરમાં મસ્તક એ ઉત્તમ અને ઉપયોગી અવયવ છે, જેના ઉપર દેહરૂપ યંત્રની ગતિનો આધાર છે તે મસ્તકને શ્રેષ્ઠ, કાર્યકર, લાભદાયક અને લાયક સ્થિતિમાં રાખવા ઉપરાન્ત સઘળા અવયવોને યોગ્ય કાર્યકર સ્થિતિમાં રાખવા સારૂ તે દરેક અવયવનો મિત (કરકસર ભર્યો) ઉપયોગ કરવો તે સમજાય; કહ્યું છે કે 'તંદુરસ્ત શરીરમાંજ શાંત મનનો વાસ છે' આદિ હિતકર વચનોનો ખ્યાલ આવે એવા શુભ હેતુથી જુદા જુદા અનેક પુસ્તકના આધાર લઇ મારી અલ્પમતિ અનુસાર આ 'પુસ્તિકા' માં દોહન કર્યું છે. આ પુસ્તિકાનો ઉદ્દેશ શ્રૃંગારચેષ્ટા ઉત્તેજીત કરવી એ નથી; પરન્તુ દંપતીજીવનના હિતકર અને શુભ એવા અનેક રહસ્યો જાણી, વિચારી તેમજ સમજીને તે જીવન નિયમિત અને સુંદર બનાવી, ઉપસંહારમાં દર્શાવેલ માર્ગોએ ગમન કરી અનેક જીવોને ઉપકાર કરવા અર્થે દંપતીએ જીવન જીવી બતાવવું એજ ઉદ્દેશ તેમાં પ્રધાન છે. અંતમાં લેખન કાર્યમાં થયેલ દોષ, સ્ખલના યા ભૂલ અર્થે ક્ષમા યાચી વિરમું છું.

લી૦

મોહનલાલ દીપચંદ ચોકશી

દંપતિજીવન દિપિકા

આ વિષય સંસારના જીવોને અર્થે છે. પતિ તેમજ પત્નીના ધર્મોને દર્શાવનાર આ સંક્ષિપ્ત શાસ્ત્ર છે; આમ હોવાથી પતિ પત્ની રૂપ દંપતીના સ્વરૂપનો વિચાર કરીયે.

પતિ પત્નીનો સંબંધઃ

સંસાર રૂપ રથના પતિ અને પત્ની એ બે પૈડાં છે. બન્નેના સહકાર વિના એ રથના ગતિ સંભવતી નથી. મહેનત વડે અર્થ રૂપ ધન સંપાદન કરવાનું મુખ્ય કાર્ય પતિનું છે; જ્યારે તેની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવાનું કાર્ય પત્નીનું છે. સંક્ષેપમાં કહીયે તો ઘર બહારનું કાર્ય એ પતિનું અને ગૃહની આંતરવ્યવસ્થાનું કાર્ય એ પત્નીનું છે. પતિને ઘર બહાર જે શ્રમ અને કુશળતાનો ઉપયોગ ધન મેળવવામાં કરવો પડે છે તેથી પણ અધિક શ્રમ અને કુશળતા ચતુર સ્ત્રી ગૃહવ્યવસ્થામાં ધારે તો વાપરી શકે છે. આનો અર્થ એ નથી કે સ્ત્રીએ ઘર બહારની દુનીયા નિરખવીજ નહિ; આનો અર્થ એટલોજ છે કે આ તો સ્ત્રીનું મુખ્ય કાર્ય છે, અને તે ઉપરાન્ત વ્યવહારકુશળ સ્ત્રી સમાજના તેમજ દેશના અનેક પ્રશ્નોનો અભ્યાસ તેમજ વિચાર પણ કરી શકે છે. આવો વિચાર કરવો તે તેની ફરજ પણ છે. આદર્શ ગૃહિણી એ છે કે જે પતિના કુળને ઉન્નતિએ આણે અને સમાજમાં તેના ઘરની પ્રતિષ્ઠા યા આબરૂની જમાવટ કરે.

પત્નીના આવશ્યક ગુણો:

માતપિતા તેમજ સાસુ સસરા આદિ વડીલોની સેવા; સગા અને સ્નેહી જનો પ્રતિ પ્રેમ; પોતાને જે અન્ન, વસ્ત્ર અને અલંકાર આદિ મળે તેમાં સંતોષ; સદૈવ પ્રસન્નતા; મર્યાદાસર વાર્તાલાપ; ક્લેશ અને કંકાસનો ત્યાગ; સાદા, સ્વચ્છ અને સારી રીતે અંગ ઢંકાય તેવા વસ્ત્રનો ઉપયોગ; ઘરના કાર્યમાં તત્પરતા; અવકાશના સમયે સારા ગ્રન્થોનું વાંચન આદિ આદર્શ ગૃહિણીના ગુણો છે. આ ઉપરાન્ત દેવદર્શન, ગુરૂદર્શન, ધર્મકાર્યની કરણી, તપ આદિ આવશ્યક પ્રતિ બહુમાન, વિનય, નમ્રતા આદિ ગુણો પણ ગૃહિણીને જરૂરના છે; કે જેથી કુટુંબમાં સલાહસંપથી વસી શકાય તેમજ ધર્મ, અર્થ અને કામ રૂપ ત્રિવર્ગનું પણ પાલન થાય.

પતિના આવશ્યક ગુણો:

ગંભીરતા, વિનય, નમ્રતા, સારો અભ્યાસ, સારાસારનો વિવેક આટલા ગુણો તો પતિમાં જરૂર હોવાજ જોઇયે. પતિ બનવા માત્રથી સ્ત્રી જાતિ ઉપર ગમે તેમ સત્તા ચલાવવા અને તેના પર દોર રાખવાનો હક પ્રાપ્ત થાય છે એમ નથી; પત્ની એ સહધર્મચારિણી છે, તેના વડે કુળનો ઉદ્યોત છે અને તેથી કરીને મર્યાદા અને યોગ્ય માન માટે તે પણ અધિકારી છે એમ સમજવું જરૂરનું છે. પારકી દીકરી પોતાને ત્યાં વહુ તરીકે છે તેમજ આપણી બહેન કે દીકરી પણ પારકે ઘેર એક વહુ છે એ સૂત્ર ધ્યાનમાં રાખી બહેન વા પુત્રી અને સ્ત્રી વચ્ચે ભેદભાવ ન રાખવો જોઇયે; પરન્તુ એ દરેક પ્રતિ યોગ્ય પ્રેમ બતાવવો એ જરૂરનું છે. જેમ પત્નીનો ધર્મ પતિ પ્રત્યે વફાદારી છે તેમ પતિનો ધર્મ પત્ની પ્રતિ વફાદારી છે. જૈન સિદ્ધાંત પ્રમાણે તો પત્ની એ પતિની દાસી નથી; પરન્તુ પત્ની એ પતિની સહચરી છે. એકમેકની ભૂલો થઇ જાય તેવા પ્રસંગે કોઇયે પણ આકળા થયા વિના શાન્તિથી તે ભૂલ સહન કરી લેવી ઘટે અને તે સુધારવી પણ ઘટે. પતિ

અને પત્ની એ દરેકમાં સમાનજ આત્મા છે; પતિને જેમ લાગણી છે તેમ પત્નીને પણ છે; પતિને જેમ ઇચ્છાઓ છે તેમ પત્નીને પણ છે આદિ સૂત્રો સમજી અરસપરસના દુઃખો દૂર કરવામાં દરેકે તત્પર રહેવાનું છે. જે પતિ પોતાની પત્નીને સીતા જેવી બનાવવા ઇચ્છે તે પતિએ પણ રામ જેવા બનવુંજ જોઇયે. એ પત્ની સાપત્ય (સંતાનવાળી) બને ત્યારે તેની સાથેનું વર્તન સલુકાઇ, પ્રેમ અને માનભર્યું હોવું જોઇયે. આમ બને ત્યારે પત્ની પણ પતિ સાથે અધિક માન અને પ્રેમથી વર્તી શકે.

સામાન્ય હિતશિક્ષા:

(૧) દરેક કેળવાયેલ અને સમજુ પત્નીએ યાદ રાખવું કે પતિ-પ્રેમ એ અમૂલ્ય જવાહિર છે; તેમજ દરેક પતિએ પણ સમજવું કે પત્નીપ્રેમ એ એક ઉત્તમ બળપ્રદ સાધન છે.

(૨) દરેક રંક, રાય, વિદ્વાન કે સામાન્ય પણ સદ્‌ગુણી ગૃહિણીના જીવનની શ્રેષ્ઠતા તેણે મેળવેલા પતિપ્રેમથીજ છે; પતિ એજ તેનું જીવન છે. પૈસા, વૈભવ, સત્તા, દરજ્જો કે વિદ્વતાનો વિચાર તેને આવવો ન જોઇયે. આજ પ્રમાણે પતિએ પણ પોતાની સ્ત્રીના સં-બંધમાં યાદ રાખવાનું છે. આ સૂત્ર એ શીખવે છે કે વડીલોએ પતિ અને પત્નીની પસંદગી કરતી વખતે ઉપર્યુક્ત ગુણો જોવાના છે; વડીલો તે ફરજ ન બજાવે તો યોગ્ય ઉમરે પતિ અને પત્ની એક બીજાના ગુણોને જોઇ એકમેકની પસંદગી કરે. આમ કરવા છતાં પણ એકમેકમાં કાંઇ ખામી રહી હોય તો તે દરગુજર કરવાની છે; કારણકે તેમ કરવામાં ન આવે તો મનના મેળ મળવાને બદલે તેમાં ફાટ પડે છે અને દીવસે દીવસે તે મનોભેદ વધાર્યા કરે છે.

(૩) વિશ્વની સમૃદ્ધિ પતિપ્રેમ આગળ તુચ્છ છે; પતિવ્રતની ક-સોટી ત્યાંજ રહેલી છે. તેજ પ્રકારે પત્નીપ્રેમ આગળ સર્વસ્વ તુચ્છ છે. એવા અનેક દૃષ્ટાન્તો બતાવી શકાય કે જ્યાં પતિ પાછળ પત્ની

અને પત્ની પાછળ પતિએ પારાવાર મનોદુઃખ સ્વીકાર્યાં છે અને સીતા તેમજ રામનું દષ્ટાન્ત પ્રતિપ્રેમ અને પત્નીપ્રેમ માટે અદ્ભૂત છે.

(૪) શરીરની સુંદરતા એ કાંઇ મોંઘી અને માન લાયક ચીજ નથી; તે તો હલકામાં હલકી સ્ત્રી કે પુરૂષ પાસે પણ હોઇ શકે છે. પરન્તુ પતિ અને પત્ની પ્રેમ જે ઉમદા સદ્વર્તનના ગુણ છે તેજ મોંઘામાં મોંઘી ચીજ છે. જ્યાં તે છે ત્યાં સુખનો વિસ્તાર છે.

(૫) કેળવાયેલ પતિ અને પત્ની એજ છે કે જેઓ પરસ્પરના દોષો શોધી સંસારને દુઃખમય બનાવવાને બદલે એકબીજાને અનુકુળ બની એક બીજાની ન્યૂનતા (ખોડો) પૂરી સંસારને સુખમય બનાવે છે.

(૬) સ્ત્રીજાતિ જેટલો શ્રમ શારીરિક સુંદરતા માટે લે છે તેટલોજ તેઓ સદ્વર્તન કેળવવા માટે લે તો આ દરિદ્ર એવી ભારત ભૂમિનું ગૌરવ આજે પણ ખડું થઇ જાય. પણ અફસોસની વાત છે કે આજે સદ્વર્તનને કોરે મૂકી માત્ર નવાં નવાં કપડાં, નવી નવી જાતની જણશો આદિ પહેરી પુરૂષોનાં વખાણને પાત્ર થવાનું વલણ આજની સ્ત્રીઓમાં છે. પુરૂષ વર્ગ પણ આ બાબતમાં તેટલોજ કપડાં અને અલંકારોમાં મશગુલ બન્યો છે, તેને જ્ઞાન અને ગુણની કિંમત નથી રહી; તે પણ બાહ્ય ટાપટીપમાં ગૌરવ માનતો થયો છે. આ ઉપરાન્ત હોટેલો આદિમાં જવાની ટેવ પુરૂષોમાં એટલી જામી છે કે ઘરના ખોરાક હવે પ્રિય કયાં સુધી રહેશે એ પણ શંકાની વાત થઇ પડી છે.

(૭) આજે તો પુરૂષ શું કે સ્ત્રી શું સર્વે માત્ર ખાવાપીવા, બેસવા, ઉઠવા, સૂવા કે ન્હાવા આદિ પ્રસંગોએ પણ ફેશનનીજ વાતો કરી રહ્યા છે. ઉપયોગી કે અનુપયોગી વસ્તુનો વિચાર ફેશન આગળ કોરે મૂકવામાં આવે છે; જે ફેશન માટે આજે દેશ લાખો રૂપીયા પરદેશ મોકલે છે. ખાદી જેવી વસ્તુના ઘરગથુ ઉપયોગ મારફતે તેજ લાખો રૂપીયા દેશની ભૂખી પ્રજાને ખોરાક આપી શકે તેમ છે. આ-

ટલી દેશદાઝ હજી પણ આપણામાં જાગશે ખરી ? સ્ત્રીઓ તો ગૃહ-રાજની રાણીઓ છે. તેઓ જો ધારે તો નકામી ફેશનનો ઘણો ખોટો ખર્ચ અટકાવી શકે છે; અને તે દ્વારા પોતાના ખર્ચમાં બચાવ કરી દેશના ભૂખ્યાની ભૂખને ભાંગી શકે છે. સ્ત્રીના મનોબળ આગળ ઘણાખરા પ્રસંગોએ પુરૂષનું મનોબળ કાંઇ હિસાબમાંજ નથી

(૮) હાલમાં ચહા દેવી પુરૂષ અને સ્ત્રીવર્ગની અધિષ્ઠાયિકા દેવી થઇ પડી છે. ડગલે અને પગલે ચહા ચહા અને ચહા. પરોણાગતમાં પણ આજ ગરમ પાણી; અને દિવસમાં પણ એકવાર નહિ, પરન્તુ અનેકવાર ચહા. દેશની આર્થિક, શારીરિક અને ભ્રાતૃભાવની દૃષ્ટિએ તેની કેટલી જરૂર છે તેમજ હિન્દ જેવા ગરમ દેશમાં ચહા કેટલી અનુપયોગી વસ્તુ છે તે તત્ત્વનો કોઇને જરા પણ વિચાર થશે ખરો ?

(૯) સ્ત્રીવર્ગમાં ભરત, ગૂંથણ અને શીવણની કળા ઉપયોગી છે; પરન્તુ તેને ફેશન વધારવા માટે નહિ, પણ ગૃહઉપયોગી ચીજો તૈયાર કરવા વાપરવાની જરૂર છે.

(૧૦) હમણાં હમણાં અભ્યાસના નામે ખરા વાંચનને બદલે વાંચનનો ડોળ વધતો જાય છે. વાંચન તો હૃદય શુદ્ધ કરવા માટે છે, બીજાને દેખાડવા માટે નહિ. સ્ત્રીઓએ ગૃહકાર્ય બગાડીને વાંચ્યા કરવું એ યોગ્ય નથી, તેમ પુરૂષોએ પોતાના ઘરમાં જરૂરી વસ્તુઓ એકઠી કરવાને ભોગે પણ વાંચ્યા કરવું એ પણ યોગ્ય નથી. થોડું વંચાય પરન્તુ તેમાંથી હિતકર વસ્તુઓ અમલમાં મૂકાય એ જરૂરનું છે અને તેથી ઘરના આવકખર્ચનો વિચાર અને તદનુસાર ઘરકામ કરવુંજ ઘટે.

(૧૧) પરણ્યા પછી સ્ત્રીનું પ્રથમ કર્તવ્ય યોગ્ય માર્ગે પતિપ્રેમ સંપાદન કરવાનું છે; તેના હૃદયને ઓળખી તે પ્રમાણે વર્તી પતિને સુખ, સંતોષ અને આનંદ આપવાનો છે. પતિનું કર્તવ્ય પણ પત્ની-પ્રેમ પ્રાપ્ત કરવાનું છે; પત્ની હૃદયને ઓળખી તેની લાગણીઓને માન આપી તેનું સ્થાન સચવાય તે રીતે તેની સાથે વર્તવાનું છે.

(૧૨) ઘર એ બાળકનું ક્રિડાંગણુ છે; અર્થાત્ તેજ તેનું શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સંસ્કારો પ્રાપ્ત કરવાનું સ્થાન છે. માતા અને પિતાએ બાળકની પૂરતી સંભાળ પોત પોતાના અધિકાર પ્રમાણે લેવી જોઇયે; તોજ આપણે બુદ્ધિસંપન્ન અને ચાઞ્યશીલ બાળકોને બનાવી શકીયે. સુજ્ઞમાતા બાળકનું ભાગ્ય તો ન ઘડી શકે, તોયે તે તેનું ચારિત્ર્ય તો ઘડી શકે છે; સુજ્ઞ પિતા બાળકને શક્તિઓનું દાન તો ન કરી શકે પરન્તુ તેનામાં સંસ્કાર નાંખવાનું કાર્ય તો કરીજ શકે.

(૧૩) દરેક પતિપત્નીએ પોતાના ઘરના આવક ખર્ચનો હિસાબ અને વિચાર રાખવો જોઇયે; આમ બને તો કંજુસાઇને બદલે કરકસર કરી શકાય. નાતવરા, વરઘોડા, મરણ, જન્મ અને લગ્ન આદિના ખર્ચ પ્રસંગે ફુલણજી થઇ દેવું કરી ઘડીની વાહવાહમાં તણાવું નહિ; પરન્તુ સ્થિતિ અનુસારજ આવા પ્રસંગોએ ખર્ચ કરવા. શ્રીમંતોનું અનુકરણ કદી પણ આવા ખર્ચો પ્રસંગે ન કરવું; કારણ કે કહેવત છે કે 'લાંબા સાથે ટૂંકો જાય, મરે નહિ તો માંદો થાય.' આવે પ્રસંગે તો દઢ મનના બની સ્વસંતાનના હિત પ્રતિ દૃષ્ટિ રાખી પોતાની આવકનો વિચાર કરી પછીજ આવશ્યક ખર્ચ કરવું એ યોગ્ય છે.

(૧૪) બાળકને માતાથી દૂરદર્શિતા અને પિતાથી વીરતા મળે છે. સુશીલ અને કેળવાયેલ માતા સો શિક્ષકોની ગરજ સારે છે; પરન્તુ આજે તો દરેક માતા બાળક પર લક્ષ્ય આપવા કરતાં પોતાની સગવડ અને સુખ પ્રતિ વધારે લક્ષ્ય આપે છે. ઘરના વાતાવરણની અસર પણ બાળકો ઉપર થાય છે; તેથીજ માતપિતાએ ઘરમાં પવિત્ર વાતાવરણ રાખવું એ તેમની ફરજ છે.

(૧૫) જે ગૃહમાં સ્ત્રીથી પુરૂષ અને પુરૂષથી સ્ત્રી સંતુષ્ટ રહે છે તે ઘર સંસારમાં સ્વર્ગ છે. સ્ત્રી એ ઘરનો સ્થંભ છે. તંદુરસ્તીમાં તે મદદ કરનારી, સત્કાર્યોમાં ઉત્સાહ પ્રેરનારી, અને વિપત્તિ પ્રસંગે

બંધને દેનારી છે. સાર એ છે કે પ્રાપ્ત થએલ વસ્તુમાં બન્ને એ સંતુષ્ટ બની હળીમળી સંસારધુરા એવી રીતે વહન કરવી કે જેથી સમાજમાં અને જનતામાં નિંદ્રાપાત્ર બનાવનો પ્રસંગ ન આવે અને દશ દષ્ટાંતે દુર્લભ એવો મનુષ્યજન્મ વૃથા ન બને. સંસારિક ઉપાધિઓ પરસ્પરના સહકારથી ઓછી થાય છે અને તેથી નિવૃતિ મળે છે; તેવી નિવૃત્તિ મળે છે ત્યારેજ પુરૂષ યા સ્ત્રી ધર્મમાં ગતિ કરી શકે છે. નીતિના પાલન વિના ધર્મમંદિરમાં પ્રવેશ થઇ શકતો નથી. સંસાર સુખમય બને તો આત્મકલ્યાણની સગવડ તરતજ થઇ શકે છે. આમ હોવાથી ઉપર્યુક્ત હિતશિક્ષાને પોતાનો મુદ્રાલેખ દરેકે બનાવી લેવો અને સંસારની શરૂઆત કરવી કે જેથી ગૃહસ્થાશ્રમ એક સુંદર અને બોધપાઠ દેનાર વસ્તુ બને. આ ઉપરાન્ત પ્રધાન વાત એ છે કે પતિ તેમજ પત્ની એ દરેકે પોતપોતાની તંદુરસ્તી પ્રતિ લક્ષ્ય દઇનેજ ભોગી જીવન ગાળવાનું છે. આપણા અત્યારના જીવન પ્રતિ મિંટ માંડતા ઘણી અજ્ઞાનતા અને ભોગસુખની લોલુપતા સ્પષ્ટ નજરે આવે છે. આવી અજ્ઞાનતા અને લોલુપતાના પરિણામે સ્ત્રીજાતિમાં અનેક અસાધ્ય રોગો ઘર કરી જાય છે અને તે દૂર કરવા છુપા માર્ગે વિહરી તે રોગોને તેમજ અન્ય રોગોને પણ નોંતરે છે. આવા રોગોને ઘરગથ્થુ ઇલાજ વડે સુધારવાનું સાહિત્ય ભાગ્યેજ તેઓની નજરે પડે છે; અને કદાચ પડે તો પણ તે વાંચવાની મહેનત લેવાની ફુરસદ પણ કયાં હોય છે? આ આપણી બેદરકારી આપણી ખીલતી જુવાનીમાંજ વૃદ્ધાવસ્થા ખેંચી લાવે છે તે ન્યૂનતા દૂર કરવા તે પ્રકારનું જ્ઞાન મેળવવાની પણ આવશ્યકતા છે.

લગ્નનું કારણ:

લગ્નનો ખરો અર્થ માત્ર ભોગવિલાસ નથી; પરન્તુ જોડાવું એ છે અર્થાત્ સ્ત્રી પુરૂષે અરસપરસ સંબંધથી જોડાઇ હળીમળી એકરૂપ થઇ ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ રૂપ ચાર પુરૂષાર્થ સાધ-

વાના છે. સંસારમાં રહી ગ્રહસ્થ કોઇ એક પણ પ્રકારના પુરૂષાર્થને તરછોડયા વિના એ ચારે પુરૂષાર્થની સાધના કરે છે; તે તેને કરવી જોઇયે. ભોગાવલિ કર્મનો સર્વથા ક્ષય જ્યાં સુધી ન થાય ત્યાં સુધી વિષયલાલસા થયા કરવાની; તેમ છતાં પણ તે પર સંયમ મૂકવો જરૂરનો છે. આ સંયમની સાધનાની શરૂઆત કરવા અર્થે ગ્રહસ્થ જીવન છે. નીતિકારનું કથન છે કે ' આહાર, વિહાર, ધન, જીવિતવ્ય, ભોગ અને કાર્ય એ વસ્તુઓમાં પ્રાણીઓ ભાગ્યેજ તૃપ્ત થવાના; કેમકે મૃત્યુ આવી લાગતાં સુધી લગભગ સર્વ જીવોને તે પ્રકારની વાસના રંજાજ કરે છે. કેટલાક વિરલ જીવો એથી તૃપ્ત થઇ સંતોષી બને છે અને કેટલાક તે લાલાસાઓને જીતે પણ છે; તેમ છતાં પણ બાકીનો મોટો ભાગ તો અસંતોષી રહી અધુરી આશામાંજ આ જીવન પુરૂં કરે છે. ' લગ્નથી જોડાતા આત્માઓના કલ્યાણ અર્થે એમને ભોમિયા તરીકે માર્ગ દર્શાવનાર અનેક ગ્રન્થો પૂર્વના મહાન પુરૂષોએ લખ્યા છે; જેમાં સ્ત્રી પુરૂષના લક્ષણથી માંડી સંતતિ રક્ષણના વિધાનો સુદ્ધાંત આપ્યાં છે. આ વિષયની ચર્ચામાં કામભોગ, ઋતુવિહાર, ગર્ભ, ગર્ભની માવજત આદિ બાબતોને સૂક્ષ્મતાથી ચર્ચેલી પણ છે. આ ગ્રન્થ યા પુસ્તિકા તે પ્રકારના ગ્રન્થોમાંથી કરેલું દોહન માત્ર છે; વિસ્તારથી જાણવાના જિજ્ઞાસુએ વિવેક વિલાસ, મહિલા મહોદય ભા. ૧, ૨, શ્રાવિકા સુબોધ દર્પણ, નવ દંપતીને શિખામણ, રતિમંજરી, રતિશાસ્ત્ર, કેળવણીના પાયા, નીતિવિનાશને માર્ગે, આરોગ્યશિક્ષણ, આરોગ્યવિષે સામાન્ય જ્ઞાન અને બ્રહ્મચર્યને લગતી કથાઓ આદિ પુસ્તકો જોવા ખાસ ભલામણ છે.

બ્રહ્મચર્યની આવશ્યકતા:

સ્ત્રીસંયોગની શરૂ થતી જીંદગીમાં ઘણા યુવકો મૈથુન સંબંધી થતી અતિ વાસનાઓને પરિણામે અનિયમિત અને હદ ઉપરાંત વ્યવહાર ચલાવ્યે જાય છે જે એક અનિષ્ટ અને ત્યાજ્ય વસ્તુ છે.

ઘણાખરા તો મૈથુનકર્મમાંજ જીંદગીની સઘળી મહત્તા માની લે છે; તેમને મન સ્ત્રી એટલે ભોગવિલાસ અર્થેનું એક પૂતળું માત્ર છે. આમ પશુ કરતાં પણ ભુંડું જીવન ગાળનાર અનેક પ્રકારે જીંદગીની ખુવારી કરે છે, અનેક રોગોના ભોગ પણ થઇ પડે છે અને નિર્માલ્ય પણ બને છે. આમ કરવાથી ઉગતી જુવાનીમાંજ ભયંકર રોગોથી શરીર ખવાતું અને ઘોવાતું જાય છે, દેહના સત્ત્વભૂત જે 'વીર્ય' તે વેડફાઇ જાય છે અને જીંદગી પરાક્રમ વિનાની, શુષ્ક અને નિર્માલ્ય બને છે. આવી સ્થિતિ રોકવા આંતરે, તીથિપર્વના દિવસે અગર વર્ષમાં ચારમાસ બ્રહ્મચર્યના નિયમ લઇ પાળવા એ બહુ લાભદાયી છે. એના પાલનથી વીર્યનું રક્ષણ થતાં આત્મામાં નવું ઓજસ પ્રગટે છે. આવા નિયમ પાળવા અર્થે જુદી શય્યા, સાદું ભોજન, ઠંડા પાણીથી સ્નાન આદિ વસ્તુઓ ખાસ ઉપયોગી છે આમ છતાં પણ વિષયવાસના જાગે ત્યારે ઉત્તેજીત થયેલ અંગોને ઠંડા પાણીથી ધોવા એ પણ એક ઉપાય છે. ગળ્યા પદાર્થો, તેજાનાઓ, ગરમ અને વીર્યવર્ધક માલમલિદા આદિ ઉપરાન્ત સ્વાદ અર્થે ખાવામાં આવે છે તે મસાલા પણ છોડવા જોઇયે. આટલી સાવચેતી અને ઉપાયોથી ધારે તે માણસ બ્રહ્મચર્ય સામાન્યતઃ પાળી શકે છે. બ્રહ્મચર્ય પાળવાની ઇચ્છા અને દઢતા હોય તો તે અશકય વસ્તુ નથી. તેના લાભ વિચારી લઇ તે અર્થે ક્રમશઃ પ્રયત્ન કરવો એ એક ઉત્કૃષ્ટ પુરૂષાર્થ છે.

બ્રહ્મચર્યનો પ્રભાવઃ

બ્રહ્મચર્ય એ શરીરની તેમજ આત્માની અખૂટ શક્તિ રૂપ વીર્યની રક્ષા કરનાર અમોઘ સાધન છે. બ્રહ્મચારી સ્ત્રી યા પુરૂષના તેજ આગળ સંસારના ભલભલા શૂરવીર અને ભડવીરોજ નહિ, પરન્તુ સ્વર્ગલોકના શક્તિશાળી દેવો પણ નમ્ર બની જાય છે. તેઓ તેના સામે શક્તિહીન બની એવા પવિત્ર આત્માના ચરણમાં પોતાનાં મસ્તક નમાવે છે. બ્રહ્મચર્ય અને તેમાં જન્મભર બ્રહ્મચર્યની શક્તિ

અચિંત્ય છે. આ વસ્તુ જેટલી કઠણ દેખાય છે તેટલીજ સરલ પણ છે; પરન્તુ તેમાં દરેકની પોતાના મનની દૃઢતાની ખાસ જરૂર છે.

' સ્ત્રીઓના વિષે નિયમથી વર્તનાર પુરૂષો આયુષ્યમાન; મંદ ઘડપણવાળા; શરીર, બળ તેમજ વર્ણથી તેજસ્વી અને સ્થિર; તેમજ વિરલ માંસલ શરીરવાળા હોય છે. તેથી ઉલ્ટું અતિ સ્ત્રીસેવન કરવાથી શૂળ, કાસ, જ્વર, દમ, ક્ષય, કૃષતા, પાંડુ, આંચકી આદિ રોગો સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્નેને લાગુ પડે છે. ' બ્રહ્મચર્ય રૂપ ઉત્કૃષ્ટ માર્ગે સંચરવા અર્થે સંતોષી ગૃહી જીવન એ એક નાનું પગથીયું છે; તે પગથીયાનો ઉપયોગ કરી જન્મ સાર્થક કરવો એ દરેક વ્યક્તિનું કર્તવ્ય છે.

સ્ત્રીઓના પ્રકારઃ

સ્ત્રી સોળ વર્ષની થાય ત્યાં સુધી તે બાળા અને કુમારિકા છે; ત્રીશ વર્ષ સુધી તે યુવતી કે તરૂણી છે; પચાસ વર્ષ સુધી તે પ્રૌઢા અને પછી તે વૃદ્ધા કહેવાય છે. વિચક્ષણ અને અનુભવી પુરૂષોએ તેના ચાર પ્રકાર કહ્યા છે: (૧) પદ્મિની, (૨) ચિત્રિણી, (૩) હસ્તિની અને (૪) શંખિણી. પદ્મિની સ્ત્રી કમળ સરખા સુગંધવાળી, સુંદર મુખાકૃતિવાળી, ભરાવદાર કેશવાળી, શુદ્ધ અને અલ્પ આહારી હોય છે. તેની ગતિ હંસ માફક મંદ તેમજ લીલા યુક્ત હોય છે, તે માનવાળી અને લજ્જાશીલ હોય છે અને તેને અલ્પવસ્ત્રો અતિ પ્રિય હોવા ઉપરાન્ત તે અલ્પકામવાળી હોય છે. અલ્પનિદ્રા, કાર્યમાં દક્ષતા અને સ્વભૂલ ઓળખી કાઢવી એ તેના સ્વાભાવિક લક્ષણો છે. ચિત્રિણીનો ગન્ધ ઉગ્ર (તીવ્ર યા કડક), કેડ સુંદર અને કેશ વાંકા હોય છે; તે વિચિત્ર પ્રકારની કામકળાવાળી, રસોઇમાં ચતુર પરન્તુ દંભવાળી હોય છે, તે પતિને આનંદ આપનારી અને નવીન વસ્તુને બહુ પસંદ કરનારી હોય છે. હસ્તિનીનો ગંધ મધ સરખો, સાથળનો ભાગ સુંદર અને કેશ ઝીણા હોય છે; તે દીર્ઘકામવાળી, અતિ આહારી, પરનો દોષ જોનારી અને કામકળામાં દક્ષતાવાળી હોય છે.

શંખિણીનો ગંધ ખારો, પગ સુંદર, અને કેશ લાંબા હોય છે; તે વારંવાર કામદશાવાળી, અતિ આહારી, કલહપ્રિય અને શોક કરવામાં કુશળ હોય છે.

આ ચાર પ્રકારના સ્ત્રી સમુદાયના લક્ષણો વિચારી લઇ દરેક સ્ત્રીનો ધર્મ છે કે ચોથા પ્રકારની શંખિણી બનવાં કરતાં પ્રથમ પ્રકારની પદ્મિની બનવા તે લક્ષણો ગ્રહણ કરી પ્રયત્ન કરે.

પુરૂષના પ્રકારઃ

પુરૂષ પણ ચાર પ્રકારના છેઃ (૧) શશક, (૨) મૃગ, (૩) અશ્વ અને (૪) વૃષભ. શશક સામાન્યતઃ મૃદુ વચન બોલનાર, સુશીલ, શ્રીમાન, ગંભીર, શાંત, દેવગુરૂનો પૂજક, સ્વદારાસંતોષી, પરહિતમાં તત્પર, સકલ ગુણને ધારણ કરનાર, સત્યવાદી, પ્રિયવાદી, સાધુસંગી અને ગુણવાન હોય છે. મૃગ સામાન્યતઃ મધુરવચની, દીર્ઘનેત્રવાળો, બીકણ, ચપલ મતિવાળો, સુંદર દેહવાળો, ઉતાવળી ચાલવાળો, સ્નિગ્ધ ગાત્રવાળો, દીર્ઘ અંગવાળો, બહુ ભોગી, નૃત્ય અને ગીતમાં પ્રીતિવાળો અને દેવગુરૂનો ભક્ત હોય છે. અશ્વ સામાન્યતઃ કાળા વર્ણવાળો, મહાપાપી, પારકાની નિંદા કરનાર, ધર્મહીન. બુદ્ધિહીન, કામી, સ્થૂલ અંગવાળો, ઉગ્ર સ્વભાવ વાળો અને ઉતાવળે ચાલનાર હોય છે. વૃષભ સામાન્યતઃ નમેલા અંગવાળો, ગુણવાન, ન્યાયપ્રિય લાંબી જીભવાળો, લજ્જા વિહીન, અતિ કામી અને પાપથી ન ડરનાર એવો હોય છે.

દરેક પુરૂષે ઉપર્યુક્ત પુરૂષના લક્ષણોનો અભ્યાસ કરી શશકના ગુણો ગ્રહણ કરી તેવા બનાવા પ્રયાસ કરવો જોઇયે.

સત્ત્વ પરીક્ષાઃ

પુરૂષનું વીર્ય ઉત્તમ હોય તો એ શુદ્ધ સ્ફટિક જેવા વર્ણવાળું અને મીઠા મધ જેવા ગંધ વાળું હોય છે. સ્ત્રીનું રજ (લોહી) ઉત્તમ

હોય તો સસલાના લોહી જેવું અને લાખ વા રજ જેવું લાલ અને ઘટ્ટ હોય છે.

દંપતીજીવનનું શાસ્ત્રઃ

સ્ત્રીપુરૂષના સમાગમનો પ્રધાન હેતુ એજ છે કે પુરૂષના બીજ-રૂપ વીર્યને પ્રાપ્ત કરી સ્ત્રીએ પોતાના રજસને ગર્ભ યોગ્ય બનાવવું.

વીર્યના રજકણો સંબંધી જણાવવાનું કે વીર્યનાડીના રજકણો બરાબર જ્ઞાનતંતુઓ (મગજના તંતુ) ના રજકણોને મળતા આવે છે. આહારનો રસ, રસનું રૂધિર અને રૂધિરમાંથી ચરબી આદિ કેટલાક નકામા ભાગ બનવા પછી તે મજ્જા રૂપ બને છે; આ મજ્જા ભારેપણું ધારણ કરે ત્યારે એ શુક્ર યા વીર્ય બને છે. સાત ધાતુ-ઓમાં વીર્ય એ મુખ્ય છે. જો મજ્જા હલકા પ્રકારની હોય અને હલકી હોય તો તે નાભિદ્વારમાં થઇ વીર્યનાડીમાં ઉતારવાને બદલે બરડાના જ્ઞાનતંતુ દ્વારા મસ્તિષ્ક સુધી પહોંચે છે અને તર્કશક્તિ વધારે છે. આમ હોવાથી જેઓ મગજને તસ્દી આપતા નથી તેમનું વીર્ય વૃદ્ધિ પામી અધઃપતનને પામે છે. આમ વીર્યનો સદુપયોગ કર-વાનો રસ્તો એજ છે કે વીર્યવૃદ્ધિ માત્રથી સંતોષ ન રાખતાં વિચાર, ચિન્તન, તર્ક આદિમાં તેનો ઉપયોગ કરવો અને તેમ ન કરવામાં આવે તો આ વીર્યવૃદ્ધિ અધમ માર્ગે મનુષ્યને દોરી જાય છે. એ પ્રકારે મનુષ્ય અત્યંત કામી બનતાં પોતાની, પોતાની સ્ત્રીની અને કુમાર્ગે જાય તો અન્ય લલનાઓની તંદુરસ્તીને માત્ર બગાડે છે એમ નહિ, પરન્તુ આવેશને લઇ પોતાના જ્ઞાનતંતુઓને નિર્બળ અને કાર્ય-હીન સ્થિતિમાં લાવી મૂકે છે. આમ જ્ઞાનતંતુ અને વીર્યવાહક તંતુઓ એક રૂપે છે; જ્ઞાનતંતુ ઉંચેમાર્ગે લઇ જાય છે, વીર્યવાહક તંતુની હદ ઉપરાન્ત વૃદ્ધિ થાય તો તે અધમ માર્ગે લઇ જાય છે.

મજ્જાનો ભારે પદાર્થ જ્યારે નાભિદ્વારમાં થઇને વૃષણમાં જાય છે ત્યારે તે વીજળીના દબાણ માફક વીર્યના રૂપે પરિણામ

પામે છે; અને એ વિષયવાસના, શારીરિક ગરમી, બળ, ઉત્સાહ અને શક્તિ ઉત્પન્ન કરે છે. આવા પ્રસંગે વિષયી પુરૂષ શક્તિનો અપવ્યય કરી અધમ બને છે જ્યારે બ્રહ્મચારી અને સંયમી પુરૂષ તેને મસ્તકમાં દોરી તે દ્વારા સાત્ત્વિક વિચાર, ચિન્તન, મનન. નિદિધ્યાસન, ધ્યાન, યોગ આદિની સાધના કરે છે.

આવી અપૂર્વ શક્તિને કેવળશોખ યા આવેગને ખાતર વેડફી ન નાખતાં તેનો વ્યવસ્થિત ઉપયોગ કરવાની ગૃહસ્થને જરૂર છે. સ્વચ્છંદ નુકશાનકારક છે, સંયમ ફળદાતા છે. આહાર, વિહાર અને નિહારની નિયમિતતામાંથી સૌન્દર્ય પણ પ્રગટે છે.

સાચું સૌન્દર્યઃ

નાની બાળિકાનું સૌન્દર્ય જોઇ પુરૂષનું ચિત્ત તેના તરફ આકર્ષાય છે; પરન્તુ તેથી તે મોહ પામતો નથી; તે બાળિકા સંતાન ધારણ કરવા જેટલી વયની પેલી બાજુ જાય ત્યારે પણ તેના તરફ જોઇને કોઇ મોહ પામતું નથી. તેમ આ સત્ય પુરૂષ પ્રતિ સ્ત્રીને લાગુ પડે છે. સૃષ્ટ કરવાની તાકાત જ્યાં સુધી હોય છે ત્યાં સુધીજ સૌન્દર્યની માદકતા પુરૂષને લાગુ પડે છે અને સર્જન ધારણ કરવાની તાકાત જ્યાં સુધી હોય છે ત્યાં સુધી સ્ત્રીની મોહકતા પુરૂષને જણાય છે. આમ હોવાથી સૃષ્ટ કરવાનું સામર્થ્ય એજ પુરૂષનું સાચું સૌન્દર્ય અને ઉત્પત્તિની તીવ્રેચ્છા તેમજ તે ધારણ કરવાની શક્તિ એજ સ્ત્રીનો સાચો પ્રેમ. જગતની સર્વ ચરાચર વસ્તુઓ પ્રતિ લક્ષ્યપૂર્વક જોઇશું તો એકજ ક્રિયા ત્યાં જણાશે. અંદર કે બહાર, દૃશ્ય કે અદૃશ્ય એ પ્રકારે પ્રકૃતિમાં નિત્ય ફેરફાર થયાજ કરે છે; અને તેજ કારણથી જ્યારે સૃષ્ટ ભાવથી સમજીને કે સમજ્યા વિના પુરૂષ સ્ત્રી પ્રતિ અને સ્ત્રી પુરૂષ પ્રતિ જુએ છે ત્યારે એ દરેક દરેકને અધિક સુંદર, આકર્ષક અને રમ્ય લાગે છે અને તેને માટે તેને હૃદયમાં અનિવાર્ય પ્રેમ ઉત્પન્ન થાય છે.

ઋતુઓના વિહાર સંબંધી વિચાર:

ઋતુઓ છ છે: (૧) વસંત (ફાગણ–ચૈત્ર), (૨) ગ્રીષ્મ (વૈશાખ–જેઠ) (૩) વર્ષા (અષાઢ-શ્રાવણ), (૪) શરદ (ભાદરવો–આસો), (૫) હેમન્ત (કારતક–માગશર) અને (૬) શિશિર (પોષ અને મહા). સ્રીસંયોગ કાળ સામાન્યતઃ હેમંત ઋતુમાં પ્રતિ દિવસે, ગ્રીષ્મમાં પખવાડીયાને આંતરે અને અન્યઋતુઓમાં ત્રણ ત્રણ દિવસને આંતરે બતાવ્યો છે કે જેથી બળક્ષય થાય નહિ; આ સંબંધમાં મતભેદ પણ છે. છતાં એટલું યાદ રાખવું યોગ્ય છે કે બને તેટલો સંભોગનો ત્યાગ એ સ્રી અને પુરૂષ બન્નેની તંદુરસ્તી માટે યોગ્ય ઉપાય છે.

કામને રહેવાનું સ્થાન:

શુકલપક્ષમાં એકમથી પૂર્ણિમા સુધી અનુક્રમે સ્રીઓના નીચે જણાવેલ અંગોનાં કામનો વાસ હોય છે: (૧) પગનો અંગુઠો, (૨) ફણો, (૩) ઘુંટી, (૪) જાનુ, (૫) જંઘા, (૬) નાભિ, (૭) વક્ષઃ–સ્થળ, (૮) કાખ, (૯) કંઠ, (૧૦) ગાલ, (૧૧) દાંત, (૧૨) હોઠ, (૧૩) નેત્ર, (૧૪) કપાળ અને (૧૫) મસ્તક; કૃષ્ણ પક્ષમાં આ ક્રમ ઉલ્ટી રીતે હોય છે અર્થાત્ વદ એકમે મસ્તકથી શરૂ થઇ વદ અમાસે પગના અંગુઠે આવે છે. ઉકત કામવાળા અંગોએ મર્દન કરવાથી સ્રીની ચેષ્ટા નીચે પ્રમાણે થાય છે. 'તે નેત્ર નમાવે છે. પુરૂષના હૃદય પર પડે છે, ભ્રકુટિ વક્ર કરી શોભા વધારે છે અને સંયોગ થવાથી લજ્જાનો ત્યાગ કરે છે.' અન્યત્ર કામદશાના નીચે પ્રમાણે પણ ચિન્હો બતાવ્યાં છે. 'સ્રી સ્વપુરૂષને જોઇ વારંવાર નાભિ બતાવે છે, કટાક્ષો ફેંકે છે, હાથના મૂળ બતાવે છે, હાથ ઉંચા કરી કામદેવને ઉત્પન્ન કરે છે, રોમાંચ ઉત્પન્ન કરે છે, સ્વેદ અને બગાસાં ધારણ કરે છે, વસ્ર સરી જતાં સ્તનોને બતાવે છે, ધીઠતાપૂર્વક બોલે છે, વસ્રની ગાંઠોને નરમ કરે છે, હોઠને ડસે છે અને અંગને ભાંગે છે.

'કામાતુરને ભય કે લજ્જા હોતી નથી' એ ઉપર્યુક્ત વર્ણન સ્પષ્ટ દર્શાવે છે. આવા પ્રકારની સ્થિતિમાં પુરૂષની શી દશા હોય છે તેનું વર્ણન કોઇ ઠેકાણે નથી મળતું; પરન્તુ તે દરેક જણ અનુભવે તો છેજ. કુવાનું પાણી, વડની છાયા અને સ્ત્રીના સ્તન એ ત્રણે ઉષ્ણ કાળમાં ઠંડા અને શીત કાળમાં ગરમ રહે છે.

સ્ત્રી ઉપયોગી આવશ્યક જ્ઞાનઃ

રસવતી (રસોઇ), વ્યવસ્થા શક્તિ, વાંચન, લેખન, સામાન્ય હિસાબ, શિવણ, સંગીત, ભરત, કાંતણ, ચિત્રકામ, બાળઉછેર, ઘરગથ્થુ ઉપાયો, માંદાની માવજત અને ધાર્મિક જ્ઞાન એ સામાન્ય વિષયો સ્ત્રીઓને જાણવા યોગ્ય છે.

સતીત્વની વ્યાખ્યાઃ

વિવાહિતા (પરણેલી) સ્ત્રીનો ધર્મને અનુસરીને પતિ સાથેનો જે સંયોગ તે સતીત્વ ધર્મ છે. પૃથ્વી પરના સમસ્ત સ્ત્રી અને પુરૂષો આ સતી ધર્મનું ગૌરવ કરે છે; શાસ્ત્રમાં પણ આ ધર્મપર અનેક રોચક કથાઓ આપી છે જે એ પ્રતિપાદન કરે છે કે સતી-ધર્મ એ સર્વ શ્રેષ્ઠ અને અમૂલ્ય છે. આમ હોવાથી સતીત્વ વિનાની સ્ત્રી ગમે તેવી સુંદર હોય તો પણ તે ગુણે કરીને કદરૂપીજ છે અને ધનવાન હોય તો પણ હૃદયે કરીને ભીખારણ જેવી છે; તેથી ઉલ્ટું કદરૂપી સ્ત્રી આ ગુણે કરીને યુક્ત હશે તો તેના જેવી ગુણવાન અન્ય કોઇ સુંદરી નથી, તેના જેવું સન્માન બીજી કોઇપણ સ્ત્રી મેળવવાને પાત્ર નથી. આજ કારણથી આજે પણ આપણે સતી રાજેમતી, સીતા, દમયંતી, અંજના આદિ સ્ત્રીઓનાં નામો યાદ કરીયે છીયે, તેમનાં ગુણકીર્તન કરીયે છીયે.

વિવાહિત (પરણેલા) પુરૂષનો ધર્મને અનુસરી પત્નિ સાથેનો સંયોગ એ પતીવ્રત ધર્મ છે; સ્ત્રીના સતીત્વ ધર્મની તુલ્યજ પુરૂષનો

પત્નીવ્રત ધર્મ છે. તેમાંથીજ સ્વદારાસંતોષ વ્રતનો ઉદ્ભવ થયેલ છે. આ ધર્મના મહાત્મયને અંગે આજે પણ આપણે રામ, વિજય શ્રેષ્ઠી આદિનાં નામ સ્મરણ કરી તેમના ગુણના ઓસિંગણ બનીયે છીએ. તેમના ધર્મબળમાંથી આપણે પણ બળ મેળવી તેમના જેવો પત્નીવ્રત ધર્મ પાળવા શક્તિવાન બનીયે તેવી ભાવના આપણે ભાવવાની છે; અને તે ભાવના પ્રમાણે તે ધર્મ પાળી જીવન સંતોષી અને સુખકર કરવાનું છે.

સ્ત્રી જાતિના ગૌરવતા:

સ્ત્રી એ ક્ષેત્ર છે, પુરૂષ એ ક્ષેત્રી છે; સ્ત્રી એ બગીચો છે, પુરૂષ તેનો માળી છે. ક્ષેત્રનો પાક ઉત્તમ થાય, બગીચો એ સુંદર અને સુગંધમય બને તે અર્થે જમીન એક હાથે અને કાળજીપૂર્વક ખેડાવાની અને તેને જોઇ રાજી થવાની જરૂર છે. ખાતર પણ ઉચ્ચ પ્રકારનું હોય તો પાક ઉત્તમ થાય છે; સારો માળી સારાં સારાં ફૂલો અને છોડો વાવી પોતાના બાગની ઉપયોગિતા વધારે છે, તેમ સાચો પતિ સારા સારા હિતપ્રદ વાંચનદ્વારા સ્ત્રીમાં અનેક ગુણોને ઉત્પન્ન કરે છે અને તેને પોષે છે. પુરૂષો જેટલા સ્ત્રીઓના વર્તન માટે વહેમી બને તેટલાજ તેઓ પોતાનું સંસારિક સુખ ગુમાવે છે; આમ કરવાથી હાથે કરીને સ્ત્રીઓ કંટાળે છે અને આડે માર્ગે ઉતરે છે, અને પરિણામે કુટુંબની લાજ, પૈસા અને સભ્યતા ધૂળ મળે છે. સાધ્વી અને કુલીન સ્ત્રી કદાપી પતિવ્રત ધર્મથી ચલિત થતી નથી; પરન્તુ સ્ત્રી અધમજ હશે તો તેને ગમે તેટલી દિગ્બંધ કરવામાં આવશે તો પણ તે તેના નીચ માર્ગે ગયા વિના નહિ રહે. પુરૂષો માટે તેમજ છે. આવી અધમતા કોઇપણ કુટુંબમાં પેસે તે પહેલાંજ ઉત્તમ સંસ્કાર પાડવા સારૂં વાતાવરણ ઉત્પન્ન કરવા અને સારાં સંસ્કાર પાડવા નીતિના ગ્રન્થો વાંચવાની અને પરસ્પર હેતમય બની સંસારસુખ ભોગવવાની આવશ્યકતા છે અને તેમ થાય તોજ ઝેરી સંસાર પણ કાળક્રમે સ્વર્ગ સમ સુંદર બને.

ગુણવતી ભાર્યા:

કાર્યમાં સલાહ આપવામાં મંત્રી સમાન, ઘરનું કામ કરવામાં દાસી સમાન, ભોજન કરાવવામાં માતા સમાન, શયનગૃહમાં રંભા સમાન, વર્તનમાં પતિને અનુકુળ અને ક્ષમામાં પૃથ્વી સમાન એવી સ્ત્રી એ ગુણવતી છે એટલુંજ નહિ પરન્તુ કુળનો પણ ઉદ્ધાર કરનારી છે. તેવી સ્ત્રીની કુક્ષિએ ઉત્પન્ન થનાર સંતાનો કુળદીપકોજ નીવડે છે.

'भार्या च विभवक्षये' એ પદથી સૂચન થાય છે કે સાચી સ્ત્રીની કસોટી પતિના પર આપત્તિ આવે ત્યારે થાય છે; તેવા પ્રસંગે તો કુલીન સ્ત્રીનું વર્તન 'સરસ્વતીચંદ્ર' માં વર્ણવાયેલ 'ગુણસુંદરી' ના પાત્ર સમાન હોવું જોઇયે. એક કવિ કુલીન સ્ત્રીઓને સુગંધિત પુષ્પો સાથે સરખાવી કહે છે 'કયાંતો ઉત્તમપુષ્પો દેવના મસ્તકે ચઢે છે અથવા તો જમીન પર પડી નષ્ટ થઇ જાય છે તેમ, વિમળવંશની વનિતાઓ પોતા પતિના ગૃહાંગણને પવિત્ર બનાવી તેની ચૂલિકા બને છે અથવા તો અગ્નિદેવનું ભક્ષ્ય બને છે અર્થાત્ કયાં તો તે પતિના ઘરમાં અગ્રસ્થાન પ્રાપ્ત કરે છે અથવા તો આપઘાત કરી સ્વજીવનનો અંત આણે છે.'

વીર્યવૃદ્ધિ:

વીર્યવૃદ્ધિ અર્થે કસરત ઘણી અગત્યની છે; આમ કરવાથી શરીરમાં વાયુ અને મેદ ભરાતા અટકે છે અને બધા અંગો જોઇતો વિકાસ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. કસરત ન કરી શકે તેને શારિરીક કામ અવશ્ય કરવું કે જેથી શરીરનું બંધારણ તૂટી ન જાય. કસરત યા શારીરિક શ્રમ વિના આયુષ્યમાં વૃદ્ધિ નથી, શરીરમાં ચેતન નથી અને ચેતન વિના કાર્યમાં ઉત્સાહ નથી. આ ઉપરાન્ત શરીરને અનુકુળ પુષ્ટિ વધારનાર, બળ વધારનાર, મધુર, ચીકણી વસ્તુનું પણ સેવન કરવું. આ વસ્તુઓનું સેવન શરીરને પચી શકે તે પ્રકારે કરવાનું

છે. દુધ અને દહીં એ બે જીવન માટે અમુલ્ય વસ્તુઓ છે અને લીલો મેવો પણ શરીરના લોહીમાં વધારો કરે છે; આ ઉપરાન્ત અડદ, કૌંચબીજ આદિ વસ્તુઓ પણ પથ્યના પ્રમાણમાં લેવી.

રજસ્વાળા સ્ત્રીનાં લક્ષણ:

ધર્મ તેમજ અર્થને બાધ પહોંચ્યાડ્યા વિના કામ પુરૂષાર્થનું સેવન કરવું. સ્ત્રી જ્યારે ઋતુવંતી થાય ત્યાર પછીજ તે પુરૂષ સાથે સંભોગ માટે યોગ્ય બને છે; તે પહેલાં કરાતું સ્ત્રીસેવન ધર્મ્ય નથી.

સ્ત્રી જ્યારે રજસ્વાળા થાય છે ત્યારે તે પુષ્ટ દેહવાળી; પ્રસન્ન મુખવાળી; શરીર, મુખ અને દાંતે કામાગ્નિથી ઉત્પન્ન થયેલ બળથી ભીંજાયેલી; પુરૂષ સંગની ઇચ્છાવાળી; શૃંગારરસની વાતોનાં પ્રીતિ ધરનારી; આંખ અને ઉદરમાં થયેલ શિથિલતાથી સુશોભિત: હાથ, સ્તન, પ્રસવસ્થાન, નાભિ, સાથળ, જંઘા તથા પીંડીમાં સબકારા થતા હોય તેવી અને રોમહર્ષથી કામક્રીડામાં ઉત્સાહ બતાવનારી દેખાય છે. રજોદર્શન થાય તે દિવસથી ત્રણ દિવસ અશુચિ (અપવિત્ર) ગણાય છે અને ત્યાર પછી પ્રથમ પક્ષોના દિવસોમાં પહેલેથી ત્રણ ચાર રાત્રિ-વર્જીને ઉત્તરોત્તર રાત્રિયે સ્ત્રીગમન કરવાથી આયુષ્ય, આરોગ્ય, સારી પ્રજા, શરીરબળ આદિનો લાભ થાય છે.

સ્ત્રી જ્યારે પુષ્પવંતી યાને રજસ્વાળા થાય છે ત્યારેજ તે મૈથુન માટે યોગ્ય થાય છે; આમાં પણ મતભેદ છે. કેટલાક ઋતુ પ્રાપ્ત થતાં સ્ત્રીના અંગોનો વિકાસ શરૂ થાય છે એમ માને છે, અને તેનો યોગ્ય વિકાસ થાય તે અર્થે બે ત્રણ વર્ષ બ્રહ્મચર્યની હિમાયત પણ કરે છે. ઋતુ પ્રાપ્ત થયા પછી સોળ દિવસ સુધીજ મૈથુન સેવવા યોગ્ય છે; કેમકે તે સમયે સ્ત્રીનું ગર્ભદ્વાર ખુલ્લું હોય છે, ત્યાર પછી તે કમળની માફક બીડાઇ જાય છે. આનો ફલિતાર્થ એ છે કે જો સ્ત્રીને નિયમિત ઋતુકાળ આવતો હોય તો એક માસમાં માત્ર સોળ દિવસજ સ્ત્રીસેવન ઉપયોગી ગણી શકાય; તેમાંના પહેલા ત્રણ દિવસ તો ત્યા-

જાજ છે, બાકીના દિવસ માટે એવી ગણત્રી છે કે રજોદર્શન પછીની બેકી રાત્રિયે સ્ત્રીસંગ કરવાથી પુત્ર અને એકી રાત્રિયે સ્ત્રીસંગ કરવાથી પુત્રીની પ્રાપ્તિ થાય છે. આ રાત્રિઓ સંબંધી અને તે સમયે રહેતા ગર્ભસંબંધી અતિ મનોરંજક વર્ણન અનેક ગ્રન્થોનાં ઉપલબ્ધ છે. તેમાં પણ વિવેક વિલાસના ૧૮૭માં શ્લોકથી વાંચવા ખાસ ભલામણ છે. આ સાથે એટલું પણ યાદ રાખવું કે ઉપર્યુક્ત દિવસોમાં અષ્ટમી, એકાદશી; ચતુર્દશી અને પૂર્ણિમા જેવી પર્વતિથિનો વિવેક કરવાનો છે. આ એકી અને બેકી દિવસોનો ક્રમ ગર્ભ રહેતા સુધીનોજ છે; ત્યાર પછી અર્થાત્ ગર્ભ રહ્યા બાદ સ્ત્રીસેવન ત્યાજ્ય છે, જ્યારે કોઇ પાંચ માસ પછી તે ત્યાજ્ય માને છે. જૈન સિદ્ધાંતાનુસાર ગર્ભ રહેવાના સમયથીજ જીવ તેમાં સંક્રમે છે (ઉપજે છે) એટલે પાંચ માસ પછી તે ઉત્પન્ન થાય છે એવું કાંઇ નથી. તે ગર્ભમાં રહેલ જીવને દેહ રૂપ ધરતાં અર્થાત્ હાથ પગ આદિ અવયવ પ્રાપ્ત થતા પાંચ માસ લાગે છે. કેટલાક તેમ થવામાં ત્રણ માસ પણ માને છે. ગર્ભ રહ્યા પછી સ્ત્રીસેવનનો ત્યાગ કરવાથી સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્નેને લાભ થાય છે અને તે ત્યાગ બાળક ધાવણ મૂકે ત્યાં સુધી પાળવાનો છે; અર્થાત્ બે વર્ષ સુધીનું બ્રહ્મચર્ય પાળવાથી બન્નેને અતિ લાભ થાય છે. જે તેમ ન કરી શકે તેને તો ગર્ભ રહ્યાને છ માસ પછી શરૂ કરી ગર્ભનો છુટકારો થયા પછી ત્રણથી પાંચમાસ સુધી તો ઓછામાં ઓછું બ્રહ્મચર્ય પાળવુંજ જોઇયે. આમ ન કરવામાં આવે તો સ્ત્રી અને પુરૂષ એ બન્નેના શરીરનો હ્રાસ શરૂ થાય છે અને તેમાં પણ સ્ત્રી જાતને જીવલેણ દરદનો ભોગ થવું પડે છે. આવા સંયોગોમાં ત્રિકરણ શુદ્ધિપૂર્વક બ્રહ્મચર્ય પાલન એજ રામબાણ ઉપાય છે.

સ્ત્રી જ્યારે પુષ્પવતી થાય ત્યારથી ચોથે દિવસે ન્હાઇ, ધોઇ, શુદ્ધ થઇ, સારા શણગાર સજી, માંગલિક કરી અન્ય પુરૂષનું મુખ ન જોતાં તેણે સ્વપતિનું મુખદર્શન કરવું. આમ કરવાનું કારણ એ છે કે ભાવિ ગર્ભની છાપ ત્યાંથી મળે છે. ઋતુદર્શનના પ્રથમ ત્રણ દિવ-

સોમાં વિષયને ઉત્તેજીત કરનારા કાર્યો કરવાં નહિ; ફુલની માળા ધારણ કરવી નહિ, આંખો આંજવી નહિ, સ્નાન કરવું નહિ, ચંદનનો લેપ કરવો નહિ, આરિસામાં મુખ જોવું નહિ, પુષ્ટિકારક ખોરાક લેવો નહિ તેમજ સંધ્યાકાળે ફરવું નહિ.

ગર્ભ રહ્યાના ચિન્હો:

ગર્ભાધાન રહ્યાની ખબર ચતુર સ્ત્રીને તો તેજ વખતે પડે છે; પરન્તુ આજકાલ અતિ વિહારી સ્ત્રી પુરૂષો તે સમજી પણ શકતા નથી. ગર્ભ ધારણ કરનાર સ્ત્રીને તેજ વખતે ગર્ભાશયમાં બીજનો સંગ્રહ, તૃપ્તિ, ભારેપણું, સ્ફૂર્તિ, જનનેન્દ્રિયમાંથી વીર્ય અને રજનું બહાર ન નીકળવું, હૃદયમાં કંપ, સુસ્તિ, તૃષા, થાક અને રતિહર્ષ આદિ લક્ષણો થાય છે; જે અનુભવી જોઇ શકે છે. બીજી રીતે મહિના પર્યંત ઋતુધર્મ પ્રાપ્ત ન થવાથી પણ તે સમજાય છે.

ખરી રીતે તો પતિએ ત્યારથીજ સ્ત્રીસંગ વર્જી બ્રહ્મચર્યવ્રત પાળી શરીરને દૃઢ બનાવવું જોઇએ. સ્ત્રીસંગ સિવાય તો પતિ અને પત્નીની શય્યા જુદીજ હોવી ઘટે છે. વૈદકશાસ્ત્ર તો એજ કહે છે. તો પણ ગર્ભાધાનના પ્રસંગ પછી તો અવશ્ય તેમ કરવું એજ લાભદાયી છે. કારણ બતાવતાં કહે છે કે ઘીથી ભરેલા ઘડા સમાન સ્ત્રી છે અને તપીને અંગારા સમાન બનેલ પુરૂષ છે; આમ હોવાથી અતિ સંપર્ક બન્નેને નબળા બનાવે છે. ખાસ કરીને પુરૂષજાતિનો ગર્ભ જમણી અને સ્ત્રી જાતિનો ગર્ભ ડાબી બાજુ હોય છે; જોડલું હોય તો બન્ને બાજુએ અને નપુંસક હોય તો ગર્ભ કુખના મધ્ય ભાગમાં હોય છે.

જીવની ઉત્પત્તિ:

પૂર્વ ભવમાં જ્યારે જીવ મરણ પામે છે ત્યારે દેહથી મુક્ત થયેલ આત્મા પોતાના ઉર્ધ્વ ગમન (ઉંચે જવાના) સ્વભાવાનુસાર

ઉંચે જવા પ્રયત્ન કરે છે; પરન્તુ તેના કાર્મણ શરીર સાથે રહેલું આનુપૂર્વિ અને ગતિ નામનાં કર્મો તે જીવ પ્રતિ પ્રત્યાકર્ષણ કરે છે અને તેને યોગ્ય ગતિ અને ઉત્પત્તિ સ્થાનમાં લઇ જાય છે; જ્યાં તે જીવ માતાપિતાના એકત્ર થયેલ રજોવીર્યમાં પ્રવેશી માતાના ગર્ભસ્થાનમાં સ્થિત થાય છે. આ જૈન માન્યતા છે. આયુર્વેદ અનુસાર 'શંખની નાભિ જેવા આકારવાળી યોનિ (જનનેન્દ્રિય યા ઉત્પત્તિસ્થાન) ત્રણ આવર્તવાળું હોય છે: તેના ત્રીજા આવર્ત (કુંડાળા)માં ગર્ભાશય રહેલ છે. તે ગર્ભાશય. કમળ જેમ દિવસે સંકોચ પામી બીડાઇ જાય છે તેમ ઋતુ વિત્યા પછી ક્રમશઃ સંકોચ પામતા સોળ દીવસે તદ્દન બીડાઇ જાય છે અને ત્યારપછી તે ગર્ભ ગ્રહણ કરવા સમર્થ હોઇ શકતું નથી. ગર્ભાશયમાં રહેલ વાયુ વડે જો બીજના બે ભાગ થાય તો તેમાં બે જીવ ઉપજે છે. પ્રવેશતા જીવને ભાવિ માતપિતા સાથે સ્વાભાવિક સંબંધ હોવાથી જો માતાનું રજસ વધારે બળવાન હોય તો જીવ સ્ત્રીવેદને અને પુરૂષનું શુક્ર વધારે બળવાન હોય તો પુરૂષવેદને પામે છે: જો રજસ અને શુક્ર સરખા પ્રમાણમાં હોય તો જીવ નપુંસક પણ બને છે. આ સર્વ કર્મરાજના તમાસા છે અને જ્ઞાની વિના તેનો કોઇ પાર પામે એમ નથી; આમ છતાં તેનું આછું પાતળું જ્ઞાન હોય તો તે લાભ દેનાર છે. સંભોગ સમયે માતાપિતાના મનમાં જેવા પ્રકારના વિચાર હોય છે તેવાજ માનસિક સંસ્કાર ઉત્પન્ન થનાર ભાવિ સંતાનમાં સ્વાભાવિક રીતેજ ઉતરે છે. દિવસના મૈથુનનો નિષેધ કરાયેલો છે કારણ કે દિવસે મનની વિહ્વલતા હોય છે અને તે ઉપરાન્ત કારણવશાત ઉતાવળ કરવાથી અનેક રોગોની ઉત્પત્તિ થવાનો સંભવ પણ છે; તેમજ દંપતીએ એકબીજાની રાખવી જોઇતી શરમ પણ એમ કરવાથી છુટી જાય છે અને તે ખોટા સંસ્કાર પણ પાડે છે. મૈથુન સમયે દીવો પણ ન રાખવાનું તેમજ તે સમય મધ્યરાત્રિ પછીનો સૂચવવાનું કારણ પણ ઉપરના કથન પરથી સ્પષ્ટ થાય તેમ છે. પ્રાતઃકાળ અને સંધ્યાકાળ તો આ કાર્ય માટે ખાસ નિષેધાયેલા છે.

સ્ત્રીને બાર વર્ષ પછી કોઇપણ યોગ્ય વયે કામથી ઉત્પન્ન થયેલ રજસ દરેક માસે ત્રણ દિવસ સુધી સ્ત્રવે છે, અને પચાસ વર્ષની ઉમર સુધી તેમ થયા કરે છે. એવી સ્ત્રી રજસ્વાળા કહેવાય છે. ત્રણ દિવસથી અધિક લોહીસ્રાવ થતો હોય તો અથવા વારંવાર નબળાઇ જતી હોય તો ઠંડા પાણીવાળું લુગડાંનું પોતું મૂકવાથી સાધારણતઃ આરામ થાય છે. વિના મૂલ્યની આ દવા છે.

ગર્ભિણી સ્ત્રીનું કર્ત્તવ્યઃ

ગર્ભ રહ્યા પછી અતિ મહેનત મજુરીનું કાર્ય છોડી ધર્મ કાર્યમાં સમય પસાર કરવો જોઇએ. સાવ બેઠાખાઉ ન બનવું; તેમ વારંવાર સુઇ રહેવાની ટેવ છોડી દેવી, પરન્તુ હલકું કાર્ય ધીમે ધીમે શકિત અનુસાર કરવું. સારા સારા પુસ્તકો વાંચવા કારણ કે તે સમયના સારા માઠા વિચાર, બુદ્ધિ, બળ આદિ માતાના સંસ્કાર ગર્ભ ઉપર પડે છે. આ ઉપરાન્ત નીચેના નિષેધ કરાયેલાં કાર્યો ન કરવા પૂરતું લક્ષ્ય આપવું:

'વાહન પર બેસવું નહિ; પુરૂષસંગ કરવો નહિ; અતિ ભોજન કરવું નહિ; નિરન્તર મધુર, સ્નિગ્ધ, પ્રિય, નરમ, હલકું, સારી રીતે રંધાયેલું, અને ભૂખ લગાડે તેવું ભોજન કરવું; પરન્તુ અતિશય ટાઢું અથવા અતિશય ઉનું ભોજન ન કરવું. મોટે સાદે બોલવું નહિ, ગર્ભને નુકશાન પહોંચે તેમ કોઇ કામ ન કરવું. વારંવાર નીચાં પડવું નહિ, ઉંધા સૂવું નહિ, બહુ ગરમ પદાર્થો વાપરવા નહિ, શરીર પર વારંવાર તેલ ચોળવું નહિ, અને મહેનત, મૈથુન, ક્રોધ ઠંડા પદાર્થ, અને ટાઢનો ત્યાગ કરવો. વિરૂદ્ધ પ્રકારના આહાર વિહાર કરવા નહિ; રેચક, અતિ ખાટા, અતિ ખારા, લુખા, વાશી. આદ ખોરાકનો ત્યાગ કરવો, ગર્ભવતી માતાને થતા ભાવ અભાવ તેમજ દોહદ (દોહલા-ઇચ્છા) ઉપરથીજ ગર્ભની ઉત્તમતા કે કનિષ્ઠતાનો તોલ થાય છે. ઉતાવળે ચાલવું નહિ, નાકુ કઠણ તાણીને બાંધવું

નહિ, ઉપવાસ આદિ તપ કરવો નહિ. મંદગતિએ ચાલવું નહિ અને ભય ઉત્પન્ન થાય તેવા સ્થાને જવું નહિ.'

ગર્ભવૃદ્ધિ:

પિતાના વીર્ય અને માતાના લોહીને કર્મયોગથી પામીને જીવ તત્કાળ પોતાનું શરીર તૈયાર કરવા માંડે છે એ પ્રમાણે આહાર અને શરીર એ બે પર્યાપ્તિ પૂર્ણ કરી પછી તે ઇન્દ્રિય, શ્વાસોશ્વાસ, ભાષા અને મન એ પ્રકારે ચાર પર્યાપ્તિ (શક્તિ) મેળવવાનું કાર્ય કરે છે. આહાર પર્યાપ્તિ તો જીવ માતપિતાના રજોવીર્યમાં પ્રવેશે તેજ સમયે પૂરી થાય છે અને ત્યાર પછી અંતઃમુહુર્તમાં (નવ સમયથી માંડી અડતાલીશ મિનીટમાં એક સમય ન્યૂન સુધીમાં) શરીર પર્યાપ્તિ, અને ત્યાર પછી દર અંતઃમૂહુર્તે એક એક પ્રર્યાપ્તિ પૂર્ણ કરે છે. આ આપણી જૈન માન્યતા છે. બીજી માન્યતા અનુસાર પિતાનું વીર્ય અને માતાનું લોહી એકત્ર થયા પછી સાત દિવસમાં તેનું કલલ (એક રૂપ) બને છે, પછી સાત દીવસે તેનો પરપોટા જેવો આકાર થાય છે, પછી સાત દિવસે તેનો પેશી (કોથળી) જેવો આકાર થાય છે અને પછી સાત દીવસે તેનો ઘન (કઠણ) આકાર બને છે. ગર્ભ પહેલે માસે વજનમાં ૧૫૦ ચણોઠી જેટલો હોય છે; બીજે માસે તે કાંઇક વધે છે; ત્રીજે માસે તે દોહદ ઉત્પન્ન કરે છે, જે દોહદ પૂરવોજ જોઇયે. તે દોહદ ન પૂરવામાં આવે તો સ્ત્રીનું શરીર સૂકાવા માંડે છે. ચોથે માસે માતાનું શરીર પુષ્ટ થવા માંડે છે; પાંચમે માસે ગર્ભમાંથી તેના બે હાથ, બે પગ અને મસ્તક એ પાંચ અવયવના પાંચ અંકુર ફુટે છે; છઠે માસે એ ગર્ભ પોતાના પીત્ત અને લોહીમાં વધારો કરે છે અને સાતમે માસે તેનું વજન આગળ બતાવેલ વજન કરતાં પાંચસો ગણું વધ્યું હોય છે; અને નાભિમાંથી નીકળતી સાતસો નાડીઓ અને નવ ધમણીઓ ગર્ભ એ વખતે ઉત્પન્ન કરે છે. નપુંસક ગર્ભના શરીરમાં સાતસોને બદલે છસો સીત્તેર નાડીઓ હોય છે; જ્યારે સ્ત્રીગર્ભના શરીરમાં

સ્ત્રીઓને એંસી નાડીઓ હોય છે. પુરૂષના શરીરમાં નવ સ્ત્રાતદ્વાર (વહેવાના માર્ગ) હોય છે જ્યારે સ્ત્રીના શરીરમાં બાર હોય છે. કોઇ ભાગ્યશાળીનેજ પૂરા બત્રીશ દાંત હોય છે. ગર્ભમાં રહીને જીવ એક સુથાર જેમ પુતળી બનાવે તેમ પોતાના શરીરની રચના કરે છે, આ કાર્ય આઠ માસે પૂર્ણ થાય છે અને તે દરમ્યાન એ ઓજ-આહાર (માતાના આહારના રસ રૂપ) વડે જીવન વીતાવે છે. ત્યાર પછી લગભગ એક માસે અર્થાત ગર્ભમાં સ્થિત થયા પછી સામાન્યત: ર૭૦મા દીવસે બ્હાર આવે છે. ગર્ભમાં તે જીવ માતાની પીઠ તરફ નીચે મુખ કરી બે હાથ માથે જોડી ઘણી દુ:ખમય સ્થિતિમાં રહે છે અને માતાની જઠરાગ્નિથી અને તેના આહારના રસથી તે વધે છે. ગર્ભમાં રહેલ જીવ માતા જાગે ત્યારે જાગે અને ઉંઘે ત્યારે ઉંઘે છે; તે સુખી અને દુ:ખી હોય ત્યારે એ પણ સુખી તેમજ દુ:ખી થાય છે. આઠ માસ પુરા થયા પછી નવમા માસના પહેલા દિવસથી માંડી દશમા માસ સુધીમાં બાળકનો જન્મકાળ ગણાય છે. અપવાદ રૂપે કોઇ વખત આ કાળ વ્હેલો કે મોડો પણ હોય છે, પરન્તુ તે શારીરિક રોગનું કારણ છે; અને એક વર્ષથી વિશેષ વખત ગર્ભમાં બાળક રહે તો તો માતાની સ્થિતિ અતિ જોખમમાં આવી પડે છે. જન્મ દિવસથી માંડી બે વર્ષ પુરાં થતાં સુધીમાં બાળકને પુરા દાંત આવી જાય છે; અને તે સાતમા વર્ષથી માંડી દશમા વર્ષ સુધીમાં પડી જઇ ફરી આવે છે.

પ્રસવના ચિન્હો:

ગ્લાનિ, કુક્ષિ અને નેત્રની શિથિલતા, થાક, નીચેના ભાગનું ભારેપણું, અરૂચિ, પાણીનું સ્ત્રવવું (વહેવુ), બહુમૂત્રતા; સાથળ, ઉદર, કેડ, પૃષ્ટ (પાછળનો ભાગ), હૃદય, પેડુ તેમજ નાભિમૂળમાં વેદના; જનનેન્દ્રિયમાં ભેદ–પીડા, વ્યથા, સ્ફૂરણ, સ્ત્રવણ આદિ થાય છે ત્યારે શૂળ ઉત્પન્ન થઇ ગર્ભોદક માતાના જનનેન્દ્રિયમાંથી ઝરે છે. આ પહેલાંજ આવી ગર્ભવતી સ્ત્રીને રાખવાની સારી સગ-

વડ કરી રાખવી એ જરૂરનું છે. બાળકનો જન્મ થતાં માતા અને બાળક એ બન્નેને અતિ દુઃખ થાય છે; અને જન્મ બાદ માતાના આહારની ખુબ સંભાળ રાખવી. દોઢ માસ થયા પછી ખાવાની છૂટ આપવી; અને ત્યાર પછી ફરી જ્યારે રજોદર્શન થાય ત્યારે તે સુવાવડમાંથી મુક્ત થઇ ગણાય છે. સુવાવડ પ્રસંગે માતાને સૂંઠપાક વગેરે ઔષધમિશ્રિત પુષ્ટિકારક અને જઠરાગ્નિને પ્રજ્વલિત કરે તેવો ખોરાક આપવાની જરૂર છે. બાળકને જન્મ આપવાથી માતાનું શરીર તેટલું ઓછું થાય છે અને તે ખાલી પડવાથી અશક્ત થઇ જાય છે તે દૂર કરવા ઉપર્યુક્ત ગરમ ખોરાકની આવશ્યકતા છે.

પ્રસુતિ પ્રસંગે માતાની દૃષ્ટિ આગળ કોઇ નીચ જાતનું માણસ ન હોય તે ઉચિત છે. પ્રસુતિ કર્મ કરાવનાર સ્ત્રી પણ સારા સ્વભાવની અને કુલીન હોવી જોઇયે; કારણ કે બાળક જન્મતી વખતે પ્રથમ જેનું મુખ જુએ છે તેનાજ સંસ્કાર તેનામાં ઉતરે છે. જન્મ્યા પછી બાળકને તરત સુવાસિત જળથી સ્નાન કરાવવું તેમજ સુવાવડ કરનાર સ્ત્રીએ સાવચેતીથી નાળછેદન કરવું. માતાએ પોતાના બાળકને પોતેજ સ્તનપાન કરાવવું; તેમ ન કરાવવામાં આવે તો પયપાન કરાવનાર સ્ત્રીના સંસ્કાર તેનામાં પડે છે. બીજો મત એવો છે કે માતા બાળકને છ દીવસ પોતેજ સ્તનપાન કરાવે, પરન્તુ પછી તે ચાલુ રાખવામાં આવે તો માતાનું દુધ બાળકને ઉપકારક થતું નથી, અને માતા દીવસે દીવસે નિર્બળ બનતી જાય છે. આમ ન બને તે સારૂ એક સારા વર્ણની, મધ્યમ વયની, સુશીલ, સદા પ્રસન્ન, શુદ્ધ અને ઘણા દુધવાળી, કુલીન, બાળક પર અપત્ય સ્નેહ રાખનાર, સ્વાધીન અને થોડાંમાં સંતુષ્ટ રહી પોતાના પુત્ર સમ આ બાળકને ગણે તેવી ધાવ એકાદ માસ માટે રાખવી. તે દરમ્યાન બાળકની માતાએ શુદ્ધ હવાપાણી અને પુષ્ટિકારક અન્ન વડે શરીરને મૂળ સ્થિતિ પર લાવવા પ્રયત્ન કરવો અને મહિના પછી તો નિરંતર બાળકને પોતેજ ધવરાવવું. એક માસ પર્યંત બાળકને નહિ ધવ-

રાવવાથી માતાના સ્તનમાંથી દુધ વહે છે; તે આષધિ ચોપડી અટકાવવું. માતાના દુધ જેવી અન્ય કોઇ વસ્તુ પૌષ્ટિક તેમજ ઉત્તમ નથી એ વાત ન વીસરવી. સામાન્ય મનુષ્ય એકાદ માસ માટે ધાવ ન રાખી શકે તેમ હોય તો ગાય, બકરી કે ગધેડીનું દુધ બળબુદ્ધિવર્ધક ઔષધિમિશ્રિત બનાવી બાળકને છઠ્ઠીના દીવસથી એક માસ પર્યંત પાવું. જે માતા આ પ્રમાણે ન કરતાં બાળકને ધવરાવવાની ક્રિયા શરૂ રાખે છે તેનો બાંધો દરેક પ્રસુતિ સમયે નિર્બળ થતો જાય છે. આ પ્રયોગ અજમાવવા જેવો તો છે.

બાળઉછેરઃ

પોતાના બાળકનું પાલન કરવું અને પ્રતિદિવસ ઘરનું કામકાજ કરવા તત્પર રહેવું એ સ્ત્રીનું પ્રત્યક્ષ કર્તવ્ય છે. બાળક ઉત્પન્ન થાય ત્યારથી માતપિતાએ તેની શારીરિક અને માનસિક ઉન્નતિ માટે પૂરતું લક્ષ્ય આપવાની જરૂર છે. બાળક અઢી વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં ઘરના વાતાવરણથી જે શિક્ષણ અને સંસ્કાર તે મેળવે છે તેટલું શિક્ષણ તે તેની પાછળની જીંદગીમાં કોઇ પણ પ્રસંગે નથી મેળવી શકતું એનો પાશ્ચાત્ય અને પૌર્વાત્ય મહર્ષિઓનો મત છે અર્થાત્ તેટલા વખતમાં મળેલ સંસ્કારો વડે બાળકની આખી જીંદગીનો પાયો નંખાય છે.

માતા જો સુશિક્ષિત હોય છે તો તેના કેવા મીઠાં ફળ આવે છે તે વાત મહાન સમ્રાટ નેપોલીયન અને શ્રી ગાંધીજી આદિ મહાન પુરૂષોનાં દષ્ટાંતોથી સમજાય છે. આમ હોવાથી માતાને કેળવણી આપી સંસ્કારી બનાવવી જોઇયે અને બાળક કેવી સોબતમાં પોતાનો વખત પસાર કરે છે તે ધ્યાન રાખવું જોઇયે. નાની ઉમરમાં તેને હલકા નોકરોની સોબતમાં રાખવું તે હિતાવહ નથી.

બાળવિકાસ માટે જરૂરી સગવડઃ

બાળકોનો સ્વતંત્ર વિકાસ ક્રમસર ચાલ્યા કરે અને ઘરના

કોઈને તેઓ અગવડ રૂપ ન થઈ પડે તે અર્થે નીચે પ્રમાણે તેમની સગવડો સાચવવાની આવશ્યકતા છે.

તેમનાં કપડાં, તેમની રમતગમતનાં સાધન, તેમનાં દફતરપાટી, તેમના માટે પીવા પાણી, શરીર સાફ કરવાનાં સાધન, હાથ તેમ શરીર લ્હોવાનાં સાધન આદિ એવી રીતે મૂકવાં જોઈયે કે જ્યાંથી તે દરેક વસ્તુ પોતાની મેળે લઈ, તેનો યથોચિત ઉપયોગ કરી શકે.

આ ઉપરાન્ત તેમને રમત રમતાં અટકાવવાં નહિ, ઘરમાં તેમને કામ કરવાની ઇચ્છા હોય તે કામ કરતાં પણ અટકાવવાં નહિ; પરન્તુ તેમને તે અર્થે જરૂરી સાધન આપી તેમની સગવડ જાળવવી. તેમને સ્વચ્છતા અને ગંદકી વચ્ચેનો તફાવત સમજાવવો અને રમતગમત માટે અને સામાન્યતઃ ઘરમાં વાપરવા માટેના જુદા સ્વચ્છ કપડાં રાખતાં શીખવવું. તેઓ કપડાં પોતાની મેળે પહેરતા થઈ જાય તે માટે સમજપૂર્વક કેટલાક દીવસ કપડાં તેમને પહેરવાવવાં અને પછી તે પોતાની મેળે કેવી રીતે પહેરે છે તે જોવું અને મદદ માગે તો તે ન આપતાં તેને તે કપડું પહેરવું સ્હેલું થાય તેવી રીત બતાવવી. રમત રમીને તે પોતાનું શરીર સ્વચ્છ રાખતાં શીખે તે અર્થે તેને પાણી અને સાબુથી પોતાનાં શરીર કેવી રીતે સાફ કરવાં એ આપણું શરીર સાફ કરી બતાવવું અને પછી તેઓ કેવી રીતે પોતાનાં શરીરના દરેક ભાગ સાફ કરતા શીખે છે તેનું અવલોકન કરવું અને ભૂલ થતી હોય તો સૂચના કરવી. આમ કરતાં તેઓ સ્વતંત્ર રીતે કપડાં પહેરતાં અને સ્વચ્છ રહેતાં શિખશે. પીવાનું પાણી ચોખ્ખું કેમ રાખવું તે પણ તેને સમજાવવું; તે પ્હોંચી શકે ત્યાં પાણી રાખી એક પ્યાલાથી લઈ બીજા પ્યાલા-વડે પાણી પીવાની ટેવ પાડવી. તેમને કામકાજનો રસ લાગે કે ઇચ્છા થાય તો તેને પજવણી માની લેવાને બદલે તેને તેવી સગ-વડ કરી આપવી; આમ કરવાથી તે પોતાને કામે આનંદથી વળગશે.

આ ઉપરાન્ત તેને પોતાની દરેક વસ્તુ પ્રતિ જેવું માન અને

લાગણી છે તેવી દરેકને પોતાની વસ્તુ પ્રતિ હોય છે તેનું ભાન કરાવવું. કોઈની વસ્તુ બગાડી શકાય નહિ, તે પણ સમજાવવું. નાનપણથી આ પ્રમાણેની સગવડ, સ્વચ્છતા વિષેનો પ્રેમ અને સર્વની વસ્તુ પ્રતિ પોતાની વસ્તુના જેટલી લાગણી કેળવવામાં આવે તો તેનો વિકાસ ભાવિમાં સ્વતંત્રતઃ થયાજ કરશે.

દરેક માતાની એ ફરજ કે ધર્મ છે કે પોતાનું બાળક પાંચ વર્ષનું થાય ત્યાં સુધી તેને સુશિક્ષા આપી તેનામાં ઉત્તમ સંસ્કારનાં બીજ નાંખવાં. કેટલીક અજ્ઞાન માતાઓ બાળકને આવા શુભ સંસ્કારો નાંખવાને બદલે ભૂત વગેરે વહેમો, 'બાવો આવ્યો' એ બીક આદિની જડ તેનામાં નાંખે છે; પરિણામે બાળક નિર્ભય બનવાને બદલે બીકણ બને છે. આ બીક મોટી ઉમર સુધી બાળકમાં રહે છે અને તેને નિડર, શૂરવીર અને આદર્શ રૂપ વ્યક્તિ બનવાંમાં અડચણ રૂપ થઈ પડે છે. કેળવણીથી વિમુખ રહેતી માતાઓ શીતળા માતા, તાબુત આદિ લૌકીક અને કપોલ કલ્પિત દેવદેવીઓમાં પણ શ્રદ્ધા રાખે છે, તેમની બાધા આખડી રાખે છે; ઢોંગધતુરાવાળા, દોરાધાગા અને જંતરમંતર કરનારના પાસમાં પણ સપડાય છે અને તેમ કરતાં દ્રવ્ય, મન અને શરીરને પણ નીચોવરાવે છે. બાળકને નકામા વહેમોથી દૂર રાખવામાં લાભ છે અને લૌકિક વ્યવહારનો તેને સ્વતંત્રતાથી વિચાર કરવાની તક આપવી તે ઉચિત છે. બાળકને સારી રીતે ચાલતાં, શુદ્ધ ઉચ્ચાર કરતાં, તેમજ દેવગુરૂની ઓળખાણ કરતાં શીખવવું. રમત ગમતોનો નિર્દોષ આનંદ તેને લૂંટવા દેવો તેમજ નિરંતર ઉપયોગમાં આવતી વસ્તુઓની ઓળખાણ પણ આપતા રહેવું. તેની સત્ય વચન પ્રતિ રૂચિ થાય તે પ્રકારે દરેક વસ્તુ સાચા સ્વરૂપે સમજાવવી અને તેનું શરીર તેમજ તેનો બાંધો મજબુત બને તે માટે કસરત તરફ તેનું મન નાનપણથીજ વાળવું. સભ્યતાથી વાતચીત કરતાં અને વર્તતાં શીખે તે પણ તેને સમજાવવું. વડીલો પ્રતિ વિવેક, વિદ્યાભ્યાસ પ્રતિ પ્રેમ, કસરત પ્રતિ ભાવ, સમાન

વયના બાળકો પ્રતિ સખ્ય (મિત્રતા), રમતગમત પ્રતિ રાગ અને ઘરકામ પ્રતિ તત્પરતા તેનામાં જન્મે તેવા સર્વ ઉપાયો લેવા. અભ્યાસ એ એક અલૌકિક ચીજ છે; દુનીયામાં કોઈ એવી વસ્તુ નથી કે જે અભ્યાસથી ન જાણી શકાય. 'ટીપે ટીપે સરોવર ભરાય અને કાંકરે કાંકરે પાળ બંધાય' તેમ થોડું થોડું વાંચન પણ વખત જતાં ભંડાર બને છે. જન્મથી વિદ્વાન કોઈ હોતું નથી; ભૂલ કરતાં કરતાં શીખવાનું મળે છે, તેમ કરતાં કરતાં અનુભવ અને અભ્યાસ વધે છે અને યોગ્ય વયે વિદ્વાન પણ બની શકાય છે. દરેક પુરૂષ, સ્ત્રી અને બાળકે જ્ઞાન મેળવવા આગ્રહ રાખવો કારણ કે શ્રી મહાવીર દેવનું વચન છે કે:

જ્ઞાની શ્વાસોશ્વાસમાં, કઠીણ કર્મ કરે છેહ;
પૂર્વ કોડી વર્ષા લગે, અજ્ઞાની કરે જેહ.

પાંચ વર્ષ પછીનો સમય પ્રાય: બાળક પિતાની સોબતમાં કે શાળામાં ગાળે છે. શાળા સિવાયના વખતમાં પિતાની ફરજ થઈ પડે છે કે બાળકને વ્યવહારની વસ્તુઓની પીછાણ કરાવવી; દરેક વિષય જે બાળકને જાણવાની જીજ્ઞાસા થાય તે સ્પષ્ટ રીતે તેને સમજાવવો, તેને અવલોકન કરવાની ટેવ પાડવી અને તેનાં પરિણામો તે તારવી શકે તેવા માર્ગો તેને બતાવવા. વાતચિત, જીજ્ઞાસા કે પ્રશ્નપરંપરા દાબી ન દેવી; કોઈ વસ્તુ આપણને ન સમજાય તો તે અજ્ઞાનતા કબુલ કરી દેવી, પણ દંભ ન કરવો. યોગ્ય વયે ધાર્મિક સંસ્કાર તેનામાં જામે અને તેનાં બીજ નંખાય તે માટે ઘરનું વાતાવરણ ધાર્મિક બનાવવું, તેને ધાર્મિક કેળવણી આપવી કે તે માટે પાઠશાળામાં તેનો પ્રબંધ કરવો. નિશાળે કે પાંઠશાળે મોકલવા માત્રથી બાળક પ્રતિની માતપિતાની ફરજ પૂરી નથી થતી, તે શું અભ્યાસ કરે છે, આગળ વધે છે કે પાછળ રહે છે, પાછળ રહે તો તેનું કારણ શું, સોબત કેવી છે, ખરાબ સોબત હોય તો તે કેમ સુધારવી વગેરે પ્રશ્નો માતપિતાએ તપાસી યોગ્ય કર-

વાનું છે. આ સર્વ વાત પુત્ર–બાળક માટેજ છે તેમ નહિ, પરન્તુ પુત્રી–બાળકને પણ લાગુ પડે છે. દરેકને બાલ્યકાળમાં કેળવણીની, સંસ્કારોની, ધાર્મિક વાતાવરણની તેટલીજ અગત્ય છે; તે ઉપરાન્ત દરેકને અનુરૂપ એવું ગૃહ ઉચિત કાંઇપણ શીખવતાં રહેવું જરૂરનું છે. કદાચ સ્વાભાવિક રીતે બાળકમાં અભ્યાસ પ્રતિ અપ્રીતિ જણાય યા બુદ્ધિ મંદ માલુમ પડે તો તેને મારીપીટીને ભણાવવાની ઇચ્છા રાખવી નહિ; પરન્તુ વ્યવહારિક શિક્ષણ આપ્યા પછી તેને તેના સ્વાભાવિક પસંદ હોય તેવા ધંધામાં જોડવો. આ પ્રમાણે તેને પ્રવૃત્તિમાં જોડવાથી વ્યસન આદિનો તે ભોગ થઇ પડશે નહિ.

શુભ સંસ્કારી બાળકો તો અભ્યાસ વધાર્યા વિના રહેતાજ નથી; આવા અભ્યાસ કરતા પુત્ર બાળક કે પુત્રી બાળકને તેના અભ્યાસના જરૂરી સાધનો પુરાં પાડવાં; તેના ખાનપાન સાચવવાં અને જુદો ખંડ વાંચવા માટે અનુકુલતા પ્રમાણે કાઢી આપવો. તે કુસંગતમાં ન પડી જાય તેમજ તેના અભ્યાસમાં તે કેવી રીતે આગળ વધે છે તેટલા પુરતી તેના પ્રતિ દેખરેખ રાખવી. કસરત અને જરૂરી રમતગમતમાં તે ભાગ લે તેવું સામાન્ય આરોગ્ય જ્ઞાન પણ આપવું. અનેક પ્રકારની કળા તે શીખે તે બીજાને છેતરવા માટે નહિ, પરન્તુ પોતે બીજાથી ન છેતરાય એવી સારાસાર વિચારવાની બુદ્ધિ પણ તેને તે સાથે સમજપૂર્વક આપવી. નીતિનું જ્ઞાન પણ તેને આપવું અને તે દરેક નીતિના વચન પાછળ જે હાર્દ (ભાવ) રહેલ છે તે સમજાવવું અને અવલોકનપૂર્વક તે અનુભવે એમ કરવું.

વીર્યરક્ષણના ફાયદા તેને સમજાવવા: વિદ્યાર્થી અવસ્થા દરમિયાન બ્રહ્મચર્યની જરૂરિયાત શા કારણે છે અને તેનાં શાં પરિણામ આવે છે તેનું તેને ભાન કરાવવું; તેમજ ભિષ્મપિતામહ, વિજયશેઠ, અરિષ્ટનેમિ ભગવાન આદિના બ્રહ્મચર્યપાલનના પ્રત્યક્ષ દૃષ્ટાંતો આપી તેવા સાત્વિક સાહિત્ય પ્રતિ તેનું લક્ષ્ય દોરાય એમ કરવું. અતિશય તેલ, મરચાં, ખટાઇ આદિ મસાલાનો ત્યાગ કરાવી, ચાહને

બદલે દુધ, દહીં, ઘી પ્રતિ તેને પ્રીતિ ઉત્પન્ન કરવી. મસાલાને ત્યાગ વિકાર ઉત્પન્ન થતા અટકાવે છે જ્યારે સાત્વિક આહાર શરીરમાં બળ અને બુદ્ધિ વધારે છે તે સ્પષ્ટતાથી તેને સમજાવવું. કસરતથી શરીર હલકું લાગે છે, કામ કરવાની સ્ફુર્તિ મળે છે, અવયવો છુટા પડવાથી તે દરેકનો વિકાસ થાય છે, દઢતા આવે છે, વાયુ દૂર થાય છે અને સ્વાભાવિક ભૂખ ઉઘડે છે તે સમજાવવી પરસેવો થાય તેટલી કસરત કરવાની આવશ્યકતા બાળકના મન ઉપર ઠસાવવી. દોડવાની, દંડ કરવાની, મગદળ ફેરવવાની, ફરવાની આદિ કસરતો છે. કસરત કર્યા પછી શરીરને તેલનું મર્દન કરવું, જેથી લાગેલો થાક ઉતરી જાય છે, બળ આવે છે, સુખપૂર્વક નિદ્રા લઈ શકાય છે, શરીરનો વર્ણ સુંદર બને છે અને જીવનશક્તિ વધે છે. તેલ પણ મસ્તક, કાન તથા પગને વિષે વિશેષ ચોળવું. ત્યારપછી ઠંડા પાણીએ નાવાની ટેવ પાડવી. ઠંડા પાણીનું સ્નાન વિચારને નિર્મળ કરનાર, બુદ્ધિને સતેજ કરનાર તેમજ જીતેન્દ્રિય બનાવનાર છે. પ્રાતઃકાળમાં વહેલા અર્થાત્ સૂર્યોદય પહેલાં બે ઘડી રહે ત્યારે ઉઠવાની અને રાત્રે વહેલા એટલે નવ વાગતા સુવાની ટેવ બાળકોને પાડવી; રાતે વાંચવાથી શ્રમિત શરીર અભ્યાસમાં તલ્લીન બનતું નથી અને વિના કારણ આંખોને પણ શ્રમ પડે છે, જ્યારે પ્રાતઃકાળમાં પણ થોડું વાંચવાથી વધારે યાદ રાખી શકાય છે. પ્રાતઃકાળનો સમય આત્મવિચારણા, તત્ત્વચિંતન, પ્રભુસ્મરણ, વિસરાઈ ગયેલી વિદ્યાનું પુનઃસ્મરણ આદિ માટે લાભદાયી છે.

બાળક માટે વિદ્યાર્થીજીવનનો મહિમા:

બાળક સ્વભાવે તો નિર્દોષ છે; અને પરિણામે તેનું વિદ્યાર્થી-જીવન નિર્દોષ હોઈ તેનો મહિમા પણ અચિન્તનીય છે. વિદ્યાર્થી વિદ્યાદાતા ગુરૂનો વિનય અને બહુમાન સાચવે; સ્વમુખે પોતાના વખાણ કદીયે ન કરે; નાચરંગ, સીનેમા, નાટક આદિ તમાસા ન

જીએ; વાદવિવાદ કરવાને બદલે એકાંતમાં પોતાના પાઠ તૈયાર કરે; બીજાઓ સાથે ખપ પૂરતું બોલે; કઠોર ભાષા કદી પણ ન વાપરે; શાંત જીવન ગાળે; ઇન્દ્રિયોને કબજે રાખે; વડીલોની યોગ્ય મર્યાદા સાચવે; કાયર ન બનતાં દૃઢ અને સંયમી બને; ક્રોધ, અદેખાઇ, અભિમાન, દંભ, કપટ, લોભ આદિ તજી દઇ ક્ષમા, સ્પર્ધા, સમાનતા, હોય તેવા દેખાવાની વૃત્તિ અને ટેવ, સરળતા, સંતોષ આદિ ગુણો પ્રગટાવી અને તેને વધારે; અને નિડર બની સત્ય બોલતાં શીખે. આ વિદ્યાર્થીજીવનના અંગો છે, જેના પાલનથી વિદ્યાર્થીજીવનનો મહિમા વધે છે.

શુદ્ધ ઓડકાર, ઉત્સાહ, મળમૂત્રની વખતસર શુદ્ધિ, શરીરમાં હલકાઇ અને પ્રમાણસર ભૂખ તરસ એ આહારનું લક્ષણ છે. વિના ભૂખે આહાર લેવાથી રોગો જન્મે છે. ભૂખ બરાબર લાગે ત્યારેજ ભોજન કરવું; પણ ભૂખને મારવી નહિ. રૂચિ અનુસાર ભોજન લેવું અને મિતાહારી બનવું. અતિ ગરમ અન્ન બળનો નાશ કરે છે; અતિ ઠંડુ અન્ન તરત પચતું નથી અને અતિ ભેજવાળું અન્ન આળસ પેદા કરે છે. ભોજન કરતી વખતે આરંભમાં મીઠો, મધ્યમાં ખાટો તથા ખારો અને અન્તમાં તીખો, કડવો અથવા તુરો રસ ખાવો તે લાભદાયી છે. જમતાં પહેલાં પીધેલું પાણી શરીરમાં કૃશતા અર્પનાર અને પાચનશક્તિને મંદ કરનાર છે; વચમાં પીધેલું પાણી પાચન-શક્તિને વધારનાર છે જ્યારે અંતમાં પીધેલ પાણી કફ કરનાર અને વાયુ ઉત્પન્ન કરી શરીર સ્થૂલ કરનાર છે. આ પ્રમાણે ભોજન પાણીના ગુણદોષ વિચારી વિવેક રાખી આહાર કરવો. પીવાનું પાણી પણ દુર્ગંધ વિનાનું, રસ તેમજ સ્વાદ વગરનું, તૃષાને સમાવનાર, શીતળ, નિર્મળ, ગાળેલું, હલકું અને હૃદયને આનંદ આપનાર હોય તેવું વાપરવું. ઉકાળેલું પાણી અવિકારી છે; અને બ્રહ્મચર્યમાં મદદ કરનાર છે. દિવસે સુવાની કે નિદ્રા લેવાની ટેવ ન પાડવી. રાત્રિના પ્રમાણસર લીધેલી નિદ્રા રસ આદિ ધાતુઓનું સમાનપણું, આળસ-

રહિતપણું, પુષ્ટિ, કાંતિ, બળ, ઉત્સાહ અને પાચનશક્તિમાં વૃદ્ધિ અર્પે છે; દિવસે લીધેલી અલ્પ પણ નિદ્રા શરીર ભારે બનાવે છે, અને દરેક પ્રકારના બળને હરે છે તેમજ પાચનશક્તિને મંદ બનાવે છે.

બાળકો તો નિર્દોષ હોય; તેમના શરીર પર જણુસો ન શોભે, તે તો ગુણે કરીનેજ શોભે. સ્વચ્છ વસ્રો પહેરવાં અને શરીર સ્વચ્છ રાખવું. શરીર સ્વચ્છ ન રાખવાથી રોગ થાય છે. અને વસ્ર મેલાં પહેરવાથી ખરાબ તો દેખાઇયે અને તે ઉપરાન્ત તેનો મેલ શરીરને લાગતાં રોગો થવાનો સંભવ રહે છે. મલીન ગાત્ર અને મલીન શરીર એ રોગનાં કારણો છે. આરોગ્યતાનું મૂળ સ્વચ્છ હવા અને સ્વચ્છ શરીર તેમજ વસ્ર છે. વસ્ર સ્વચ્છ રાખવાં અને શરીર પણ સ્વચ્છ રાખવા ઉપરાન્ત સ્વચ્છ હવા મેળવવા પ્રયત્નો કરવા. તે માટે ફરવાની તેમજ બહાર જવા આવવાની ટેવ રાખવી. વિદ્યાર્થીઓએ દાંતની શુદ્ધિ અવશ્ય રાખવી. આજકાલ ઘણાખરા બાળકો સારી રીતે મુખશુદ્ધિ યાને દાતણ કરવા તરફ પુરતું ધ્યાન આપતાં નથી, કેટલાક તો પાઉડરથી ચલાવી લે છે. આટલા માત્રથી બરાબર મુખ શુદ્ધ થતું નથી અને ધીમે ધીમે તેથી દાંત ખવાતા જાય છે અને તેમાં રસી પેદા થઇ પેટમાં ઉતરે છે. ડોક્ટરોનું કહેવું છે કે એ રસીથી બીજા ઘણા રોગોને જન્મ મળે છે. તેથી બાલ્યકાળથીજ બાવળ કિંવા કંબોઇના દાતણથી દાંતને જોરથી ઘસી સ્વચ્છ રાખવાની તેમજ જીભપરથી વાસી ઉલ ઉતારવાની ખાસ ચીવટ રાખવી. પાઉડર અને બ્રશ કરતાં દાતણ એજ ઉત્તમ છે એમ વિજ્ઞાનશાસ્રીઓનો પણ મત છે. દાતણ કર્યા પછી, નાક વાટે પાણી પીવાથી મગજ સાફ અને શાંત રહે છે તો તે ટેવ ધીમે ધીમે પાડવી. આ ઉપરાંત જમ્યા પછી દાંત તથા મુખને પાણીથી બરાબર સાફ કરવા. બીડી આદિ દુર્વ્યસનો ત્યાગવા. રોગો દસ્ત (ઝાડા) ના રોકાણને લઇ શરૂ થાય છે તેથી તે બરાબર સાફ થતો રહે તેની કાળજી રાખવી. આ પ્રમાણે આહાર, વિહાર અને નિહારના નિયમોનું સેવન કરતો વિદ્યાર્થી

તંદુરસ્તી જાળવી શકે છે, પરિણામે બળ અને વિચારમાં શુદ્ધિ પણ જાળવી અને વધારી શકે છે. આવો વિદ્યાર્થીજીવનનો મહિમા છે.

ઉપસંહાર:

દંપતીજીવનની માર્મિક બાબતોને લગતો આજ નિષ્કર્ષ છે. પતિપત્નીએ દરેકે એક બીજાને અનુકૂળ જીવન જીવવા યત્ન કરવો જોઇએ. જાણ્યાનું ફળ વર્તન છે. શુભ ઇચ્છાઓના અમલમાં મુશ્કેલીઓ તો હોય છે, પ્રારંભમાં તો અગવડ પણ જણાય છે; પરન્તુ દૃઢ મનોબળ એ મુશ્કેલીઓ તેમજ અગવડો જીતવાનું સાધન છે. આવી બાબતો વિષે લખવાનો મહાન પુરૂષોનો આશય પણ તેજ છે—માનવસેવા છે. તેમના આ પરિશ્રમનું ફળ યથાર્થ રીતે આપવાનું કાર્ય જીવન જીવી રહેલા એવા આપણા સૌના હાથમાં છે. તેઓએ તો સ્પષ્ટ રીતે જનહિતકારક સૂચનાઓ અને માર્ગો બતાવ્યા છે; તે વિચારી અમલમાં મૂકી જીવનને સાચી રીતે જીવી બતાવવું એ આપણું કર્તવ્ય છે. આપણે તે કર્તવ્ય બજાવીશું ખરા?

આ પ્રકારના દંપતી જીવનના પ્રતાપે દંપતી, સુસંતાનના મુખદર્શન કરવા ભાગ્યશાળી બને છે. એ સુસંતાન પણ નિરોગી, રૂપવાન અને સારી પ્રકૃતિવાળા હોય છે. દંપતીજીવનનો લગભગ અર્ધો સમય વિત્યે અર્થાત્ લગભગ ચાલીશ કે પીસ્તાલીશ વર્ષની વય થયે દંપતીએ સંસારિક ભોગોથી તૃપ્તિ માનવી ઘટે છે; એટલે સંસારિક વિષય યા શારીરિક ભોગવિલાસમાંથી મનને નિવૃત્ત કરવું જોઇયે. સંતાનો હૈયાત હોય તો આવી તૃપ્તિ માનવાની સ્વાભાવિક ફરજ માતપિતા પર આવેજ છે, પરન્તુ યોગ્ય સમયમાં સંતાન ન થાય કે થયેલ સંતાન ન જીવતાં હોય તો પણ વિશેષ ઉમર થતાં વિષયસુખમાંથી નિવૃત્તિ લેવી એ દંપતીજીવનનું નવનીત છે. સંતાન થવું અને તે જીવતું રહેવું એ પુણ્ય પર આધાર રાખે છે એટલે કદાચ સંતાન ન હોય તો તે ઇચ્છાએ યોગ્ય ઉમર વ્યતીત થયે પણ ફરી લગ્ન

કરવા લલચાવું કે વિષયસેવન કરતાં રહેવું એ પોતાનું સર્વસ્વ ગુમાવવા જેવું છે. ચાળીશની ઉમર વ્યતીત થયે પુરૂષે ફરી લગ્નનો આવાં કે બીજાં કારણસર વિચાર પણ કરવો એ મહા પાપ છે; કારણ કે પોતાના સ્વાર્થે તે અન્યનું જીવન ધૂળધાણી કરે છે તે તેની સમજ બહારજ રહે છે. દેશના, સમાજના અને જ્ઞાતિના યુવકવર્ગની ફરજ છે કે આવાં લગ્નો થતાં હોય તેમાં પોતે ભાગીદાર ન બનવું અને પોતાની બ્હેનોના પાયમાલ થતા શરીરને તેમજ તેના નજીક આવતા વૈધવ્યને આવા કાર્યોથી ટેકો ન આપવો. કહ્યું છે કે 'ધન, જીવિતવ્ય, ભોગ, આહાર અને કામ એ પાંચમાં તૃપ્તિ થવી એ કોઇ વિરલનાજ હાથમાં છે'; તેમ છતાં પણ મન મજબુત કરી એ માર્ગથી નિવૃત્ત થઇ નરભવ પામ્યાનું રહસ્ય ધ્યાનમાં રાખી જે ઉમરે ધર્મધ્યાન યોગ્ય છે તે ઉમરે તો વિલાસને તિલાંજલિ આપવા જેટલી વીરવૃત્તિ તો બતાવવીજ જોઇયે. જ્યારે ઇન્દ્રિયો સ્વાભાવિક રીતેજ શિથિલ થાય અને અન્ય ઉપાય ન રહે ત્યારે જો આપણે તેવા વિલાસો વિના ચલાવી શકીયે તો પછી સ્વેચ્છાએ આવો સંયમ સાધવાની શક્તિ મેળવવી તે સુખકર છે. સંસાર સુખનો સાર આ છેઃ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા, બીજું સુખ સુલક્ષણી નાર;
ત્રીજું સુખ તે કોઠીએ જાર, ચોથું સુખ તે પુત્રપરિવાર.

અથવા તો
કહ્યાગરા છે દીકરા, ગુણવંતી છે નાર;
જેના ઘરમાં એ વસે, ધન્ય તેનો અવતાર.

તેમજ,
यस्यपुत्रा वशेभक्त्या, भार्या छन्दानुसारिणी।
विभवेष्वपि संतोषस्तस्य स्वर्ग इहैव हि ॥

પરન્તુ આત્મિક સુખ એ આ નથી. તેનો આનંદ અનેરો છે. સંસારમાં એવો કોઇ ઉપમાલાયક પદાર્થ નથી કે જેને આ સુખ સાથે સરખાવી શકાય. પતિ કે પત્ની; પિતા કે પુત્ર; માતા યા પુત્રી એ દરેકના આત્મા તો ભિન્ન જ છે. આ સંબંધ તો કર્મજનિત વેશ

જેવા છે. આયુષ્યની દોરી પુરી થતાં દરેક કોઇને કોઇ અંતિમાં ધસ-ડાઇ જનાર છે. આમ હોવાથી જ્ઞાનીપુરૂષોએ ભાર મૂકી કહ્યું છે કે 'આત્માનું ખરૂં અને મુખ્ય કર્તવ્ય તો આઠ કર્મરૂપ મહાન જાદુ-ગરોને જીતવાનું છે; તેમને સર્વથા મારી હઠાવી આત્માની ઢંકાઇ ગયેલી અનંતજ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર અને વીર્યરૂપ આત્મલક્ષ્મી પ્રગટા-વવી એ છે. જ્યારે એ લક્ષ્મી હસ્તગત થાય છે ત્યારે સંસારસુખ ખાબોચીયા જેવું, છીછરૂં અને અસાર જણાશે; ત્યારે તો શાશ્વત સુખને નામે ઓળખાતા 'મોક્ષ'ની પ્રતીતિ થશે. માનવભવ તો તે શાશ્વત સુખ પ્રાપ્તિને અર્થે જ છે. કર્મરાજા મોહે, ઇચ્છા, વાસના, અભિલાષાઓ, વિષયલાલસા, ઇન્દ્રિય સુખ આદિ જાળ પાથરેલી છે; તે જોઇ ગભરાઇ જનાર કે તેનાથી મૂંઝાઇ ભાગી જનાર તેના પર જય નહિ મેળવી શકે, આખરે એતો એની ચપેટીમાં સપડાઇ જવાના. પણ જેઓ એને ભોગવી, ચૂસી લઇ મૂળથીજ એના ભાવને ફેંકી દે છે અને અણીના પ્રસંગે તેને ઠોકરે મારી શકે છે તેજ તેનો પરા-જય કરી શકે છે.' સંસારી મનુષ્ય! તું પુરૂષ હો કે સ્ત્રી; તારે આ દૃષ્ટિ સમજવાની છે; અંતિમ ધ્યેય જે મોક્ષ તે પ્રતિ મિંટ માંડી સંસારના સુંદર લાગતા પંથે આનંદના સાધનોનાં અટવાઇ ફસાઈ ન પડાય તેટલા પૂરતો જ તેનો ઉપભોગ કરી વાસનાનો જય કરી, કર્મે બાંધેલા સંબંધોને અવગણીને નહિ પરન્તુ તેને બોધપાઠના સાધન માની તેનો તાગ કાઢી લઇ સમય મળતાં એ સર્વેને દૂર ફેંકી જ્ઞાની પુરૂષોએ આચરેલ માર્ગ આચરવા તમે દરેક શૂરવીર બનો. ઉત્કૃષ્ટ વીર્યવાન મનુષ્યો સંસારની સાંકળોને તત્ક્ષણ તોડી સર્વવિરતિના માર્ગે ધપે છે; જ્યારે મંદ શક્તિવાળા મનુષ્યો ધીમે ધીમે પણ ધારે તો પોતાનો પંથ કાપી શકે છે. આવો સમજપૂર્વક કપાતો માર્ગ કંટાળા રૂપ ન લાગે, પરન્તુ તે આનંદ સહ કપાય એ ધ્યેયની ભાવના માંથીજ આ કૃતિનો જન્મ છે.

અત્યારની આપણી નિર્બળ દશા અને પામરતા અયોગ્ય ઉમરે વર્તતી આપણી દશાઓ છે. બાલ્યકાળની નિર્દોષ અવસ્થામાં આપણે બાળકોમાં રાગદ્વેષ, વેરઝેર, સત્યઅસત્ય, દંભ અને પાખંડ આદિ વૃત્તિઓ ભરીયે છીયે; પરિણામે તેનો બાલ્યકાળ નિર્દોષ ને બદલે ઝેરી બને છે. જે યૌવનમાં શારીરિક વિકાસ સાધવો જોઇયે તે બૌદ્ધિક વિકાસની સાધનામાં હોમી દઇયે છીયે. આવા યુવકમાં આપણે ભાવિ માટે શુભેચ્છાઓ રાખીયે છીયે. પુરતી યુવાની તેનામાં પ્રગટતા પહેલાં તેને ગૃહભારની ધુંસરી વળગાડીયે છીયે અને તેના બૌદ્ધિક અને શારીરિક વિકાસમાં પથરા મૂકીયે છીયે. આવા યુવક પ્રૌઢ થતાં વૃદ્ધ કરતાં પણ અતિ ગંભીર બને તેમાં આશ્ચર્ય શું? સમાજના યુવક અને યુવતીઓ! તમે કાંઈ આમાંથી તારવશો અને સાચું લાગે તે અમલમાં મૂકશો? આજ અમારો છેવટનો તમને પ્રશ્ન છે. સુજ્ઞેષુ કિં બહુના!

આભાર દર્શન:

આ પુસ્તિકાના આદિથી અંત સુધી અમે પ્રાચીન અને અર્વાચીન પુસ્તકોના ઉલ્લેખોનો છૂટથી ઉપયોગ કર્યો છે. તેથી આ પ્રસંગે અમે મહિલા મહોદય, વિવેક વિલાસ, રતિમંજરી, આરોગ્ય વિષે સામાન્ય જ્ઞાન, નવજીવન, છાત્રાલય, શિક્ષણ પત્રિકા, કુમાર આદિના પ્રકાશકોનો આભાર માનીયે છીયે. નવજીવન આદિ સંસ્થાઓની રજા મેળવવાનું કાર્ય બની શકયું નથી કારણ કે ફર્માંમાં ખૂટતું લખાણ તાત્કાલિક પસંદ કરી આપવું પડયું હતું; પરન્તુ સમાજમાં જ્ઞાન પ્રચાર અર્થે તે સર્વેની સેવા થતી હોવાની અમને ખાત્રી હોવાથી અમે આ પ્રકારે જે ઉપયોગ કર્યો છે તે તેઓ ક્ષન્તવ્ય ગણશે.

યુવકનો લોકધર્મ.

આજની પ્રજાનો સંદેશો છે કે સાદાઈ અને જાત મહેનત એ યુવકનો લોકધર્મ છે. દેશના બાળકોપર પડતો નકામો ભાર અને તે ભાર દૂર કરવાની હિલચાલમાં ભાગ લેવો એ તેનું કર્ત્તવ્ય છે.

ભાવિ પ્રજાની ઉન્નતિ ખાતર બાળલગ્ન, કજોડાં, વૃદ્ધ-લગ્ન તેમજ મરણ પાછળ થતાં પ્રેતજમણ પ્રતિ તિરસ્કાર માત્ર નહિ; પરન્તુ તેમાં સક્રિય ભાગ લેવાનું તજી તે રૂઢિ-ઓનું નિકંદન કરવાનું બલ પ્રાપ્ત કરવાનું છે અને તેને સક્રિય હિલચાલ દ્વારા જડમૂળથી ઉખેડી નાંખવાનું કર્ત્તવ્ય તેની સન્મુખ ખડું છે.

સ્ત્રીજાતિ પ્રતિ યુવાનોનો ધર્મ મૈત્રી કેળવવાનો છે. ઘરમાં કે શાળામાં, સમાજમાં કે સમાજ બહારની દુની-યામાં તેમને સહાય, સન્માન અને નિર્મળ વાતાવરણનો અનુભવ થાય તેવું સદ્‌ભાવભર્યું વર્તન એ યુવાનોનો લોક-ધર્મ છે.

દેશમાં થતા અન્યાય તેમજ પ્રવર્તી રહેલ ગેરવર્તનની સામે ઝૂઝવા બળ પ્રાપ્ત કરવાનું છે. તે અર્થે દેશની દોલત દેશ અર્થે વાપરવી એ આજનો લોકધર્મ છે. વૈભવ કે શોખ, જરૂરી કે બીનજરૂરી દરેક પદાર્થો સ્વદેશી હોય તે આજે તારે ગ્રાહ્ય છે; પ્રયોગ, અભ્યાસ અને હુન્નર પુરતા શિક્ષણ અર્થે પરદેશી પદાર્થ વાપરવા પ્રતિ ભલે તું છુટ લે.

જ્ઞાતિ અને ધર્મનું મિશ્રણ થતું અટકાવવું જરૂરનું છે. ધર્મ શાશ્વત છે, જ્ઞાતિ આવશ્યકતાને અંગે ઉભી થ-

ચેલી માત્ર સંસ્થા છે. જ્ઞાતિ પોતાની ફરજ બજાવતી થાય એવું બળ ઉત્પન્ન કરવાનો પ્રયાસ તેમજ તેમાં જે અનિષ્ટ તત્ત્વો પ્રવેશ પામ્યાં હોય તે દૂર કરવા બળવો એ તારાં કર્ત્તવ્ય છે. આવાં કાર્યો કરવા કાર્યકર શક્તિ મેળવવા ધર્મના વિખવાદો અને કોમી મતભેદ યા કલહોથી હાથ ધોઈ નાંખવા એ તારી ફરજ છે.

વ્યસન પછી તે ગમે તેવું નજીવું હોય તેનાથી મુક્તિ મેળવવી એ પણ યુવકનો લોકધર્મ છે.

માતૃભાષા ગમે તેવી હોય છતાં તે પ્રતિ આદર અને પરભાષા પ્રતિ તિરસ્કાર નહિ, પરન્તુ ભાષા શીખવા પૂરતો આદર તો તે પ્રતિ રાખવો જરૂરનો છે. પરભાષાના મોહમાં માતૃભાષા કદી પણ ન વીસરી જતો.

વ્યાયામ યા કસરત ઘણી ફાયદાકારક છે. સર્વ કસરતોમાં પણ ચાલવાની કસરત અતિ ઉપયોગી છે. દંડ, બેઠક, મલખમ આદિ કસરતો અમુક ભાગોને પોષણ અર્પે છે જ્યારે ચાલવાની કસરત શરીરના દરેક અંગને કસરત બક્ષે છે. ભણવા કે ભણાવવાના તોરમાં આવી કસરતની ઉપેક્ષા કદીપણ ન કરવી એ પણ એક લોકધર્મ છે.

ખોરાકની બાબતમાં પુષ્ટિકારક તત્ત્વોના વિચારનું સ્થાન દેખાવે લીધું છે. પરિણામે આજે ગોળને બદલે ખાંડ, લોટને બદલે રવો અને મેંદો, સાદા મસાલાને બદલે અનેક પ્રકારના સ્વાદિષ્ટ પણ નુકશાનકારક મસાલાના મોહમાં પડયા છીયે. દેખાવનું સ્થાન ખોરાકમાંથી કાઢી નાંખી તેમાંની પોષ્ટિકતા તરફ નજર કરવા આજનો યુવાન તસ્દી લેશે ?

નજીવા ફેરફાર સાથે. 'કુમાર' ના સૌજન્યથી.

જ્ઞાતિઓનો સમયધર્મ.

દરેક જ્ઞાતિને નીચેના સુધારા સમાજની પ્રગતિ અર્થે જરૂરના છે; તે તો સૌ કોઇ સ્વીકારશે, પરન્તુ આપણી જ્ઞાતિઓ તે માટે કાંઇપણ કરવા તૈયાર નથી. આવા વખતે યુવક અને યુવતીનો એ સમયધર્મ છે કે આ સુધારાનો પોતે અમલ કરી પોતાના પર ગમે તેવાં કષ્ટો આવે તેને ભેટવા તૈયાર રહેવું અને તે કષ્ટો સહી લેવાં.

૧. બાલલગ્નથી થતો કોમનો નાશ કોઇપણ ભોગે અટકાવવોજ જોઇયે એવી આ જ્ઞાતિને પાકી ખાત્રી થઇ હોવાથી જ્ઞાતિ ઠરાવે છે કે હવે પછી બાલલગ્ન તદ્દન બંધ કરવાં; એટલે કે લગ્નની ઉમર મરદને માટે ઓછામાં ઓછી ૨૦ વર્ષની અને કન્યાને માટે ઓછામાં ઓછી ૧૬ વર્ષની ઠરાવવામાં આવે છે.

૨. આ ઠરાવના યોગ્ય પાલન અર્થે જ્ઞાતિ એ જરૂરનું સમજે છે કે વિવાહ (વાગ્દાન યા સગપણ) લગ્ન પહેલાં ઘણા વહેલા ન કરવા જોઇયે; તેથી ઠરાવવામાં આવે છે કે વરને ૧૮મું અને કન્યાને ૧૬મું વર્ષ બેસે તે પહેલાં તેમના વિવાહ કરી શકાશે નહિ.

૩. જમણવારની આજસુધી જે અગત્યતા આપણી જ્ઞાતિમાં મનાતી આવી છે તે કોમની આર્થિક સ્થિતિ તોડનારી નીવડી છે એમ આ જ્ઞાતિનું ચોક્કસ માનવું છે, તેથી જમણવારમાં થતા ખર્ચ ઉપર આબરૂનું માપ મૂકવું એ સિદ્ધાન્તને આ પંચ તદ્દન અયોગ્ય, હાનિકારક અને અધાર્મિક છે એવો અભિપ્રાય દર્શાવે છે. સાદામાં સાદા ભોજનથી અથવા ભોજનના બિલકુલ ખર્ચ વિના લગ્નાદિ પ્રસંગો જેઓ ઉકેલશે તેવા જ્ઞાતિબંધુઓને જ્ઞાતિ સૌથી વિશેષ આબરૂદાર સમજશે.

આ સિદ્ધાન્તને ધ્યાનમાં રાખી વ્યવહારમાં ગરીબ કે સારી સ્થિતિના સર્વ જ્ઞાતિબંધુઓનું રક્ષણ થાય એ હેતુથી નીચે પ્રમાણે વધારેમાં વધારે ખર્ચ થઇ શકે અને તેનાથી વધુ ખર્ચ કરનાર પંચનો ગુન્હેગાર ગણાશે એમ ઠરાવવામાં આવે છે.

વેવિશાળ પ્રસંગે પાંચથી વધારે માણસે જવું નહિ. વાગ્દાન તરીકે રૂપીયો અને નાળીયેર આપવા ઉપરાન્ત પહેરામણી વગેરે જે કાંઇ રિવાજ હોય એ કાઢી નાંખવા. વાગ્દાન માટે આવેલા પરોણાઓ સિવાય સગાંઓને જમાડવાનો કંઇજ ખર્ચ કરવો નહિ.

કન્યાનો વાલી પોતાની પરિસ્થિતિ તપાસી જાનમાં અમુક સંખ્યા નોતરે તેટલીજ લઇ જવી જોઇયે. તે ઓછામાં ઓછા ૧૦ જણને નોતરે ત્યાં સુધી તેને દોષપાત્ર ગણી શકાશે નહિ, અને ૫૦ થી વધારે સંખ્યા કોઇપણ જાનમાં કોઇપણ સંજોગોમાં લઇ જવાની મનાઇ છે.

જાનને એકજ દિવસ જમણ આપવાની છુટ છે, તે સાદું હોય એ ઇચ્છવા જેવું છે. પણ મિષ્ટાન્ન કરવુંજ હોય તો લાપસી સિવાય બીજું મિષ્ટાન કરવાની બંધી છે.

જાન એકજ દિવસ માટે રહી શકે, પણ તે દૂરથી આવેલી હોય તેથી કે કોઇ બીજા યોગ્ય કારણસર બીજા દિવસે રોકાવાની જરૂર પડે તો તેને દાળભાતનું સાદું ભોજનજ આપવું, કંઇ પણ મિષ્ટાન્ન કરવાની છુટ નથી.

આપવા લેવાના રિવાજોમાં નીચેની વસ્તુઓ ઉપરાન્ત કાંઇપણ લેવાદેવાની બંધી કરવામાં આવે છે: પદમાં—એકું, થાળી, વાડકો, રેંટીયો અને દીવી. પહેરામણીમાં ખાદીનું ધોતીયું અથવા ખાદીની શાલ તથા ખાદીની ટોપી, રોકડામાં રૂ. ૧૦૧ થી વધુ નહિ. પલ્લામાં—શુદ્ધ ખાદીનાં કપડાં તથા ૪ બંગડી અને ૧ કંઠીથી વધુ લેવાની મનાઇ છે; અને આટલી જણસોની સામટી કિંમત કોઇપણ સંજોગમાં

રૂ. ૨૫૧) થી વધવી ન જોઇયે. વહેંચણુનો રિવાજ બંધ. વાજાં, દારૂખાનું વગેરે બીનજરૂરી રિવાજો કાઢી નાંખવા. માંડવા પાછળ નકામો ખર્ચ ન કરતાં છાંયડા પૂરતો વનસ્પતિનોજ મંડપ કરવો જોઇયે.

૪. આ જ્ઞાતિ કન્યાવિક્રયને મનુષ્યને ન છાજતો અને તેની અધોગતિ કરનારો પાપી રિવાજ માને છે તેથી કન્યાવિક્રયનો રિવાજ તદ્દન બંધ કરવાનું ઠરાવે છે.

૫. ફારગતિના રિવાજને શરમ ભરેલો અને અધાર્મિક માનીને આ જ્ઞાતિ તેને સદંતર બંધ કરવાનું ઠરાવે છે.

૬. સીમંત આદિ જેવા નિર્લજ્જ ખર્ચાળ અને નકામા રિવાજો, તે તે પ્રસંગે વહેંચણુ, જમણુ વગેરે સહિત બંધ કરવાનું ઠરાવવામાં આવે છે.

મોસાળું ભરવા જવાની અતિ ખર્ચાળ પદ્ધતિ દૂર કરી કોઇ પણુ જાતના દેખાવ કે આડંબર વિના બહેનને મદદ રૂપે નાની સરખી રકમ ભાઇ આપી શકે, જેને માટે રૂ. ૧૦૧ એ પૂરતી રકમ ગણુાશે અને રૂ. ૧૦૧ થી વધારે મોસાળું કરવાની મનાઇ રહેશે.

મોસાળા ઉપર બહેનનો પોતાનો અંગત હકજ ગણુાવો જોઇયે. આ બાબત જે કોઈ કોમમાં સ્પષ્ટ ન મનાતી હોય તે આ પંચના ઠરાવથી સ્પષ્ટ કરી લે.

૭. મરણુ પાછળ ભોજનનો અમાનુષિક રિવાજ કાઢી નાંખવો એમ ઠરાવવામાં આવે છે. મરણુ પાછળ જ્ઞાતિભોજન કે બ્રહ્મભોજનનાં કોઇપણુ જાતનાં ખર્ચ નિષિદ્ધ છે.

મરણુ પાછળ રડવા કૂટવાનો રિવાજ તદ્દન બંધ કરવો.

નજીવા ફેરફાર સાથે. 'બારડોલી પત્રિકા' અંક ૧૬૭

ઉપર પ્રમાણે ઠરાવ કરનાર કોણ છે કે જે કોમના સુધારા માટે આવા એક સામટા અને કડક ઠરાવ કરે છે? બારડોલી—જે પ્રજાએ સરકાર સામા સત્યાગ્રહ કરી અપૂર્વ વિજય મેળવ્યો તે તાલુકાના પંચ ગામના પાટીદાર ગ્રહસ્થો. જે પાટીદાર કોમ પારણામાં બાળકોને લગ્ન કરાવવામાં, લગ્ન અને મરણના અખૂટ ખર્ચ કરવામાં અને દેવું કરી આ ખર્ચમાં હરિફાઇ કરવામાં મશહૂર હતી તે કોમ—આજે જાગી છે અને પોતાના સામાજિક હિત અર્થે આવા ઠરાવ કરી રહી છે. આવા ઠરાવમાં નવજુવાનોનો તો હાથ હોયજ, પરન્તુ અતિ નવાઇ અને આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે હાજર રહેલ દરેક વૃદ્ધ પણ તેમાં સહાનુભૂતિ આપતો હતો અને આવા ઠરાવનું સમર્થન પણ કરતો હતો. સત્યાગ્રહની શુદ્ધિનું આ પ્રથમ દર્શન.

જૈન કોમ તો જ્ઞાનપ્રધાન છે, વ્યાપારપ્રધાન છે; જે વાણીયા વિના રાજા રાવણનું રાજ્ય ગયું તેવા વાણીયાની કોમ છે તે ઉપરના ઠરાવમાં રહેલ મર્મ ઉકેલવામાં પોતાની કુશલતા અને કુનેહનો ઉપયોગ કરી પોતાની વ્યવહારકુશલતા સિદ્ધ કરશે? પોતાના સમાજના ચૂસાતાં ધન અને પ્રાણ અટકાવશે? આવા ઠરાવો કરી અમલમાં મૂકશે?

આ ઉપરાન્ત તે આવા ખર્ચો અટકાવી પોતાના જ્ઞાતિબંધુઓ વ્યવહારિક અને ધાર્મિક કેળવણીનું પાન કરી શકે તેવા પ્રયત્નો આદરશે? જ્ઞાતિનાં બંધનો જે શિથિલ બન્યાં છે તેને આવા સદુપયોગ દ્વારા દૃઢ બનાવશે? જૈન યુવાનો પોતાના વડીલો પાસેથી જ્ઞાનનાં સાધન પ્રાપ્ત કરી સંસ્કૃત અને પ્રાકૃતનો અભ્યાસ કરી શાસ્ત્રનાં અમૂલ્ય રત્નો વીણી લોકભાષામાં અજ્ઞાન જૈન સમાજના ચરણે ધરશે?

યુવાનો! જાગો. તમારા સમયધર્મને ઓળખો; અને તે માટે ગમે તેવાં જોખમો સહન કરવાં પડે તે સહન કરવા તૈયાર થાઓ, અને જ્ઞાતિઓ તમને પડકાર કરે તો તેને પડકાર આપી નવચેતન ફેલાવો. આવા સામાજિક હિતના કાર્યમાં વિજય તમારોજ છે.

યુવક–યુવતીનો સમય ધર્મ.

...પુરૂષે સ્ત્રીની નિર્બળતા કલ્પી લેવી ન જોઇએ. સ્ત્રીને પૂજ્ય ગણવાની પુરૂષને ખાજે છે, એ તેનો ધર્મ છે. એમ જો મનમાં ઠસાવી દઇ શકાય તોજ વિકારમાંથી ઉગરી શકાય. માણસ વિકારને વશ થાય છે ત્યારે તેને ભાન નથી હોતું કે પોતે કેવો દીન (ગરીબ) બની જાય છે. સ્ત્રી એને પારખી શકે છે, અને પુરૂષની વિહ્વળતાની અસર તેના પર તુરત થાય છે. નિર્વિકારી પુરૂષ પ્રત્યે તેની વૃત્તિ જ નિર્મળજ રહેશે. સ્ત્રી સ્વભાવેજ ક્રિયાશીલ છે. પુરૂષ કર્તા છે. કહેવાયું છે કે સ્ત્રી અનર્થનું મૂળ છે, પણ એમ નથી. એમ કહેનારા પુરૂષો છે એટલે તે એમ કહે. અનર્થનું મૂળ પુરૂષો છે. પુરૂષે વાસનાને ઉખેડવી જોઇએ. જો પતિ પત્નીને સમજાવી શકે તો તેની પાસે અલંકારનો ત્યાગ કરાવે, રંગીન વસ્ત્રોનો ત્યાગ કરાવે. પતિ તેને કહી શકે છે કે અલંકાર અને વસ્ત્રથી જો પતિનેજ રીઝવવો હોય તો પતિ તો ખાદીના વસ્ત્રથી રીઝયોજ પડયો છે. પણ જો તે જગતને દેખાડવા ખાતર હોય, તો પતિવ્રતા સ્ત્રીનો ધર્મ નથી કે બીજાની આંખોને પોતા પ્રત્યે આકર્ષવી.

અલંકાર અને આભૂષણવાળી સ્ત્રીને હું કંદોઇની દુકાને પડેલી મીઠાઇની સાથે સરખાવું છું. તેના પર રસ્તે ચાલતા અનેક લોકો નજર કરી પોતાના મુખમાં પાણી લાવે છે. તેના પર અનેક જંતુઓ બેસી તેને એઠી કરે છે. પણ જંતુની એઠ કરતાં તે મનુષ્યોની એઠ વધારે પ્રમાણમાં છે. શણગારને સજનારી સ્ત્રી તે આવી એઠ લઇને ફરે છે. તે જો તેને ભાન હોય તો સ્વાભિમાનવાળીકોઇ સ્ત્રી તેને સજે નહિ. કુદરતી સૌન્દર્ય તેઓમાં ક્યાં ઓછું છે? જો પવિત્ર ભાવના તથા પવિત્ર લેબાસમાં તે લપેટાયેલી હોય તો તેના તરફ પૂજ્ય દૃષ્ટિજ ઉત્પન્ન થાય છે. આમાં શુદ્ધ રસજ્ઞતા રહેલી છે.

અને એટલું કર્યા પછી જરા અંતરની સ્વચ્છતા વિષે કહી દઉં.

........મીઠાનો ત્યાગ ત્રણેક કે છએક માસ માટે કરી જોશો. પણ દૂધ ન ત્યાગશો, અથવા ઘી જો પોષાય તો ઘીનો ખોરાક રાખશો. દૂધને બદલે છાશ વાપરો તો ઠીક છે. શાક મીઠા વગરનું ખાઈ શકો છો. ખીચડી મીઠા વગરની ખાઇ શકો છો. કાગદી લીંબુ જો ત્યાં સુલભ હોય તો તે લવણની અવેજીમાં લઇ શકો છો.

હજી એક ત્રીજો વિચાર કરવા જેવો છે. તમને સંતતિની ઇચ્છા છે? તમારાં પત્નીને છે? જો હોય તો તમારા કુટુંબનું કોઇ બાળક સાચવવાને મેળવો, અને તેને તમારૂં કરી લ્યો. જો આ બાળકમાં તમે બન્ને તમારૂં મન ખૂંચાડી શકો, તેનામાં બધો પ્રેમ રેડી શકો, તેને વિષે ચિંતાતુર રહેતાં થઈ શકો, તો તમારી વચ્ચેની પ્રેમની ગાંઠ જુદું રૂપ પકડશે; તો તમારો અરસપરસનો પ્રેમ વિષયમાં ઠાલવવાને બદલે તમે બાળક ઉછેરવામાં તમારી બન્નેની બધી શક્તિઓ તેનામાં રેડી દેવામાં ઉદ્યોગશીલ થશો અને તમે વિષયમાંથી બચી જશો. પણ આ બહુ ભવ્ય દશા છે. હું તે દશાની વાત કરતાં પણ શરમાઉં છું. છતાં તે અનુભવેલા રહસ્યની કથની છે. દંપતીને જ્યારે પોતાનું બાળક અવતરે છે ત્યારે જો વિષયલંપટ ન હોય તો પછી તેનો વિષય ઓછો તો થાયજ છે; અને જરા પુરૂષાર્થ કરે તો તેને સદંતર જીતી લઇ શકે એવી મારી પ્રતીતિ (ખાત્રી) છે. બાળકમાં તે પોતાનું સર્વસ્વ રેડી દઇને કૃતકૃત્ય થાય છે. જો તમે બન્ને એવો ભવ્ય નિશ્ચય કરી શકો કે આ ગુલામ પ્રજામાં ઉમેરો કરવો નથી પણ એકને, તમારી શક્તિ હોય હોય તો એને, જન્મેલાં ગુલામ બાળકોને સોડમાં લઇને તેમને સ્વતંત્ર કરવા એ વધારે રહેલું છે, વધારે પુણ્યકર્મ છે, તો સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાની જાળમાં ફસતાં બચી જશો.

પણ આ લખતાં હું શરમાઉં છું. હું આ વચનો લખવાને લાયક નથી. પણ એ વસ્તુ સાવ દીવા જેવી દેખાય છે તેથી હું તમને લખું છું. મારી અપાત્રતા તમે દરગુજર કરશો. પણ જો તમે સંતાન ઉત્પન્ન કરવાના વિચારથી વળી ન શકો તો એવો સંકલ્પ કરી શકો

ઓ કે બે અથવા ત્રણ અથવા પાંચ વર્ષ પર્યંત મન, વચન અને કર્મથી અખંડ બ્રહ્મચર્ય પાળ્યા પછીજ પ્રજોત્પત્તિમાં જોડાવું.

સ્વ૦ મગનલાલભાઈના પત્રોમાંથી.

નજીવા ફેરફાર સાથે 'નવજીવન' તા ૨-૯-૨૮

ઉપર પ્રમાણેનો પત્ર આજે તો યોગ્ય વય પહેલાં પરણેલાં દંપતી માટે ઉપયોગી છે. તેઓને પરણાવ્યાં પછી માબાપ તો છુટાંજ રહે છે: પરન્તુ તે દંપતી શરીરે, મને, બુદ્ધિએ અને શક્તિએ ખુવાર થાય છે કદાચ સંજોગવશાત માતપિતા નાની ઉમરે લગ્ન કરે તો પણ કન્યાના વડિલોનું એ કર્તવ્ય છે કે કન્યાને મોડી ઉમરે વળાવવી. આટલી પણ સેવા જે માબાપો ન બજાવી શકયાં હોય તેવાં દંપતીના હિત તેમજ કલ્યાણ અર્થે ઉપરનો પત્ર એક મદદગાર છે. આજ પત્ર દંપતી પોતાના પ્રથમ મિલન (મધુચંદ્ર) પ્રસંગે એક નહિ, પણ અનેકવાર વાંચી લેવા ભાગ્યશાળી બને તો તેઓ પોતાનું હિત કયાં અને કેવી રીતે રહેલું છે તે અનુભવી અને જાણી શકે.

શુદ્ધિપત્ર.

પુસ્તક વાંચતાં પહેલાં નીચેની ભૂલો સુધારી વાંચવા વિનંતી છે.

પૃ૦	લી૦	અશુદ્ધ	શુદ્ધ	પૃ૦	લી૦	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૧	૪	૦-૨-૦	૦-૩-૦	૭	૧	સતુષ્ટ	સંતુષ્ટ
૧	૫	ચોક્સી	ચોકશી	૭	૩	બ[illegible]નો	બનવાનો
૧	૫	લે૦	ચો૦	૧૦	૫	[illegible]	હોય
૫	૭	કર	...	૧૧	[illegible]	[illegible]	[illegible]બનવા
૫	૧૭	પગ્ધિકવ	પરિપકવ	૧૮		[illegible]	દાંતે
૧૧	૩	પિતાનો	માતાનો	૧		મળથી	જળથી
૧૧	૩	માતાનો	પિતાના	૨[illegible]	૧	નહિ	...
૧૭	૧૨	કરીશ	હારીશ	૨૪	૧	સાતદાર	સોતદાર
૫	૧૫	હમણાં	હમ[illegible]	૨૬	૧	આષધિ	ઔષધિ
૭	૧	ધર્યને	[illegible]	[illegible]	૧૦	મરરને	મરદને

સ્તંભતીર્થ જૈન મંડળ, મુંબઈ.

આશય: ખંભાતી બંધુઓની ધાર્મિક, સામાજિક, નૈતિક, આર્થિક અને કેળવણીવિષયક ઉન્નતિ સાધવી.

લવાજમ: મુંબાઇ મરજીયાત રૂ. ૫-૦-૦ અને બહારગામ રૂ. ૨-૦-૦
,, ફરજીયાત રૂ. ૩-૦-૦ ,, રૂ. ૧-૦-

તેના આશ્રય નીચે ચાલતી પ્રવૃત્તિઓ:

પ્રવૃત્તિઓ: ભાષણશ્રેણિ; અને હસ્તલેખિત દ્વિમાસિક 'સમાજ સેવક.

ચૈત્યવ્યવસ્થાપક સમિતિ.

ઉદ્દેશ: ખંભાતના સર્વ દેરાસરોમાં ઉપકરણોને લગતી આશાતના દૂર કરવી; યાત્રાળુઓને સગવડ પડે તે અર્થે દેરાસરોની યાદી તૈયાર કરી છપાવવી. ખંભાતના જૈન ઇતિહાસની સ્થૂળ રૂપરેખા તૈયાર કરવી. માનતાની રકમમાંથી ગમે તેટલી રકમ તેમજ શુભ પ્રસંગે દાન આદિ ભેટ સ્વીકારવામાં આવે છે અને તેમાંથી આ ખર્ચ નભાવવામાં આવે છે.

કેળવણી ફંડ સમિતિ.

ઉદ્દેશ: વિશાશ્રીમાળી જૈનોને વ્યવહારિક અને ધાર્મિક કેળવણીમાં મદદ કરવા.

કાર્ય અને ભાવના: ફીનો વધારો થવાથી તેમજ ફંડની કાયમી સ્થિતિના અભાવે અરજી કરી મદદ માગે તેવા બધા ધોરણના વિદ્યાર્થીઓને મદદ આપવાનું ઠરાવ્યું છે. વાર્ષિક રૂા. ૫૦) લગભગ સુધીની મદદનાં વચન મળી ચૂકયાં છે; જ્ઞાતિના વડીલોનો તેમાં મુખ્ય હિસ્સો છે. બીજા રૂા. ૨૫૦) ની સગવડ થાય તો ફરીથી અંગ્રેજી ચોથાથી સાતમા ધોરણ સુધી અભ્યાસ કરતા સર્વ વિદ્યાર્થીઓને ફી આ[illegible] સગવડ કરવાની તેમજ ધાર્મિક અભ્યાસ અને તેની [illegible] માટે પણ વ્યવસ્થા કરવાની ભાવના છે. ભાવિ પ્રજામાં ધર્મ તેમજ જ્ઞાનના સંસ્કારો પાડવા કોણ ન ઇચ્છે? ખંભાતના યુવાનો અને જ્ઞાતિના વડીલો જાગૃત થશે? શુભ કાર્ય કરવામાં ઉતાવળા બનશે?